



Urlaubsmagazin



Oberpfälzer
Wald



Inhaltsverzeichnis



Allgemein 04-15 & 68-70

Das Oberpfälzer Seenland im Überblick / Unsere Urlaubsorte / Unsere Entstehungsgeschichte / Übernachten / Gruppenreisen



Wasser 16-29

Unsere Seen im Portrait / Kanufahren auf unseren Flüssen / Anglerparadies / Unsere Seenland-Macher: Im Gespräch mit Irene Hirsch



Natur 30-37

Unsere Naturschönheiten / Geführte Wanderungen / Unsere Seenland-Macher: Im Gespräch mit Birgit Simmeth



Aktiv 38-49

Rad- & Wanderwege / Aktivitäten am Wasser / Erlebnisparks / Reitparadies / Unsere Seenland-Macher: Im Gespräch mit Andreas Prölß



Kultur 50-59

Veranstaltungshighlights / Burgen, Schlösser & Museen / Erlebnis- & Stadtführungen / Unsere Seenland-Macher: Im Gespräch mit Christina Fink



Genuss 60-67

Fischgenuss / Hofläden & Wochenmärkte / Restaurants / Biertradition & Braukultur / Unsere Seenland-Macher: Im Gespräch mit Familie Mulzer

Das Oberpfälzer Seenland

*... die
wasserreichste
Region
Ostbayerns.*





Schon gewusst? Am Ufer des Hammersees gibt's das wahrscheinlich beste Weißbier der Welt.

Bodenwöhr

**... ohne Wasser?
Kaum vorstellbar.**

Schon vor Jahrhunderten rauschten hier die Hämmer der Eisenverarbeitung, gespeist von den Weihern am Ort. Aus dem einstigen Hüttenwerk ist längst ein Urlaubsort geworden – geblieben ist die Nähe zum Wasser.

Der Hammersee liegt wie ein Spiegel mitten im Ort, zieht Badegäste, Angler und Spaziergänger an und wird im Sommer sogar zur (See-) Bühne für Kultur und Musik unter freiem Himmel. Ein Stück weiter glitzern die Mosaiken am Kunst- und Wasserweg und im Naturschutzgebiet Weichselbrunner Weiher findet die Natur ihr Refugium. Dass Bodenwöhr 2022 als „Golddorf der Oberpfalz“ ausgezeichnet wurde, verwundert nicht: Kaum ein Ort verbindet Geschichte, Natur und Lebensfreude so mühelos.



Erfahren Sie im Heimat- & Bauernmuseum, warum der Brucker Karpfen im Käfig landete!



Bruck in der Oberpfalz

**wirkt auf den ersten Blick
beschaulich, ...**

doch dahinter steckt ein Ort mit tollen Erlebnissen. Am Rande der Marktgemeinde glitzert die Sandoase Sulzbach – ein kleiner See mit breitem Sandstrand, an dem man den Sommer genießt. Gleich daneben schlängelt sich der Sand-Erlebnis-Weg durch den Wald, vorbei am Keltischen Baumkreis, wo Natur und Mythos eins werden.

Für sportliche Abwechslung sorgt die Adventuregolfanlage am Flugplatz, wo man nicht nur Golf spielen, sondern auch im Café verweilen und den Piloten beim Fliegen zusehen kann. An bestimmten Abenden wird das Freizeitzentrum zur Bühne: Beim Brucker Marktplatzsommer begeistern Laienschauspieler jedes Jahr mit einem neuen Theaterstück.



Nittenau

Hier schreibt der Regen die schönsten Geschichten.

Gemächlich zieht der Fluss durch das Tal – mal still, mal verspielt, immer einladend. Auf seinen sanften Wellen gleiten Kanus dahin, während Angler geduldig am Ufer sitzen. Über allem wachen das Schloss Stefling, die Burgen Stockenfels und Hof am Regen, die geheimnisvolle Sagen bergen.

Am eindrucksvollsten erlebt man diese bei der beliebten Geisterwanderung, die den alten Mauern Leben einhaucht. Wer sich noch tiefer ins Regental wagt, entdeckt auf dem Ritter- und Geisterpfad stille Waldwege, mystische Plätze wie den Rainstein – und immer wieder neue Ausblicke auf den Fluss.

Hmm, lecker! In Nittenau gibt's die zweitbeste Eisdielen Deutschlands.

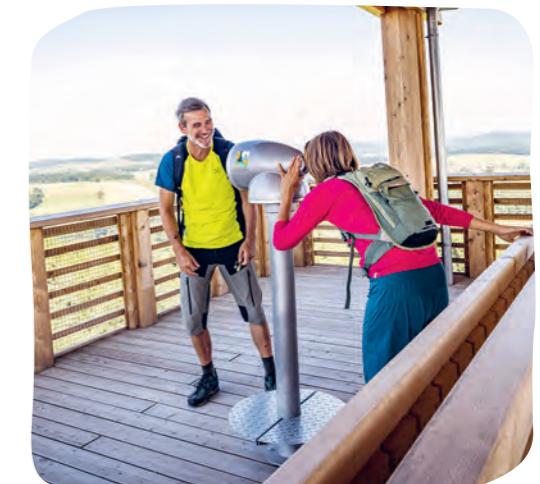


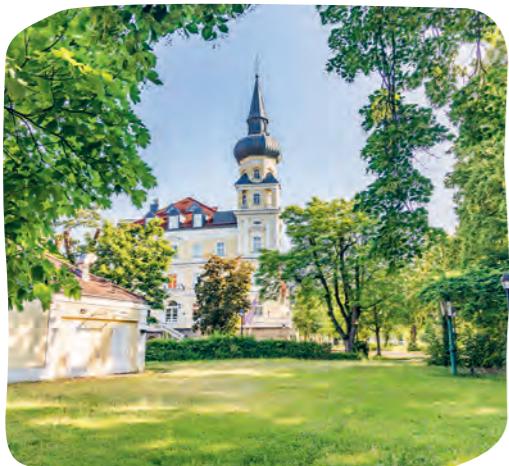
Neunburg vorm Wald erhebt sich zwischen Hügeln und Wäldern.

Neunburg vorm Wald – eine Stadt wie aus dem Bilderbuch. Kopfsteinpflaster, verwinkelte Gassen und die Silhouette der Burg erzählen von Jahrhunderten bewegter Geschichte.

Im Sommer wird die Vergangenheit lebendig, wenn der Burghof des Pfalzgrafenschlosses beim Festspiel „Vom Hussenkrieg“ zur Bühne wird. Ein kurzer Sprung in die Natur führt zum Eixendorfer See: Hier segeln Boote über die Wasserfläche, während Wanderer auf dem Seeweg mit traumhaften Ausblicken belohnt werden. Wer es sportlich mag, schwingt sich in den Sattel – denn als pferdefreundliche Gemeinde bietet Neunburg kilometerlange Reitwege und erstklassige Reitbetriebe. Und wer den perfekten Schwung sucht, findet ihn beim Golfclub Oberpfälzer Wald eingebettet in die weite Hügellandschaft.

**Hier geht's hoch hinaus!
Vom neuen Hirschbergturm
eröffnet sich ein
traumhafter Blick über das
Oberpfälzer Seenland.**





**Hätten Sie gedacht, dass
der Schwarzenfelder
Spiegelkarpfen auf der
RMS Titanic serviert wurde?**

Schwarzenfeld

**trägt sein Wahrzeichen mit-
ten im Herzen: das Schloss.**

Einst Sitz des Grafen von Holnstein, heute Hotel und beliebter Fotospot, prägt es das Ortsbild wie kein anderes Bauwerk. Rund um die alten Mauern schlägt aber längst modernes Leben: Wenn im Sommer das Schlosspark Festival Stars nach Schwarzenfeld bringt, wird der Park zur Konzertbühne.

Zwei Flüsse, Naab und Schwarzach, umfließen den Ort – Kanufahrer, Radler und Spaziergänger folgen ihren Ufern und lassen sich vom Rhythmus des Wassers treiben. Wer höher hinaus will, macht sich auf den Weg zum Miesberg: Die Aussicht ins Naabtal ist Weitblick und Ruheplatz zugleich. Für Abkühlung zwischendurch sorgt der Forsterweiher mit Sandstrand, Holzsteg und Kiosk.



**Unsere Bayernhymne haben wir
einem Schwandorfer zu verdanken –
nämlich Konrad Max Kunz!**

Schwandorf

**Das lebendige Zentrum
des Oberpfälzer Seenlands.**

Seit mehr als 500 Jahren wacht der historische Blasturm über die Große Kreisstadt – die Geburtsstätte von Konrad Max Kunz. Unter der Stadt wartet ein echtes Abenteuer: Das größte Felsenkellerlabyrinth Bayerns, wo die Kellerdiebe bei einer Erlebnisführung ihr Unwesen treiben.

Doch Schwandorf ist mehr als Historie – im Erlebnisbad genießen Badegäste erfrischende Stunden. Ruhe verspricht das Charlottenhofer Weihergebiet, welches das zweitgrößte Naturschutzgebiet der Oberpfalz und zugleich das Herz des Karpfenlands Mittlere Oberpfalz ist.





Am Ufer des Steinberger Sees findet jedes Jahr das größte Yoga-Festival im deutschsprachigen Raum statt!

Steinberg am See

Ein Ort, der Vergangenheit und Aufbruch miteinander verbindet.

Die Bergbaugeschichte prägt das Gemeindeleben bis heute, lebendig erzählt im Braunkohle- und Heimatmuseum. Aus der einstigen Tagebaulandschaft entstand ein modernes Freizeit- und Naturparadies, dessen Mittelpunkt der Steinberger See bildet. Hier steht die weltweit größte begehbarer Erlebnisholzkugel, die zum Wahrzeichen der Region geworden ist.

Rund um das Ufer locken vielfältige Angebote: Alpakawanderungen, Adventuregolf oder ein Ausflug in den Freizeitpark Movin'Ground machen den Ort besonders für Familien attraktiv. Wer es sportlich mag, findet Action an der Wakeboardanlage WildWakePark. Aber auch entspannte Stunden sind möglich – etwa beim Tretbootfahren oder SUP-Yoga am See.



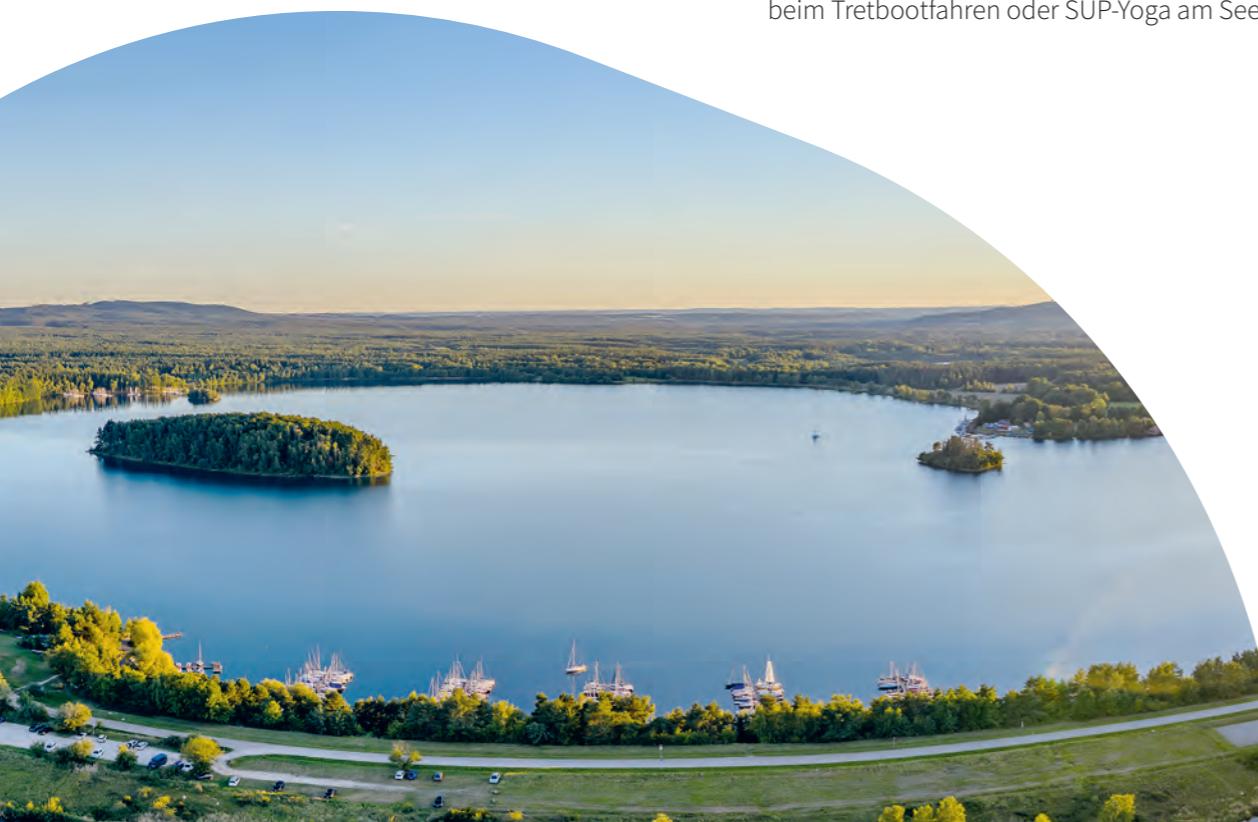
Wackersdorf

Ein Ort mit vielen Gesichtern.

Im Heimat- und Industriemuseum erfahren Besucher von bewegten Zeiten – vom Braunkohleabbau über die geplante Wiederaufarbeitungsanlage bis zum Wandel zur modernen Gemeinde.

Eindrucksvoll ist auch das Geotop 99 „Wackersdorfer Braunkohle“, das von der geologischen und industriellen Vergangenheit erzählt. Heute steht Wackersdorf zugleich für Freizeit pur: Familien lieben den Oberpfälzer Märchengarten und den Erlebnispark Wasser-Fisch-Natur, während Adrenalinjunkies im ProKart Raceland Gas geben. Am Murner See und Brückelsee erleben Wassersportler sommerliche Leichtigkeit – von SUPen bis Segeln.

Karibikfeeling am Murano Beachclub: Ein Treffpunkt für Jung und Alt.



Vom Braunkohlebergbau zur Tourismusregion

Die Geschichte des Oberpfälzer Seenlandes

Ursprung im Braunkohlebergbau

Das Oberpfälzer Seenland hat seine Wurzeln im 19. Jahrhundert, als in der Region bedeutende Braunkohlevorkommen entdeckt wurden. Die Braunkohle, ein zentraler Energieträger dieser Zeit, wurde ab dem frühen 20. Jahrhundert in der Oberpfalz industriell

abgebaut. In den 1950er und 1960er Jahren erreichte der Braunkohlebergbau in der Oberpfalz seinen Höhepunkt. Der Abbau in großflächigen Tagebauen veränderte die Landschaft tiefgreifend und hinterließ Gruben, die das Gebiet prägten.



Wackersdorf und der große Widerstand

In den 1980er Jahren sollte eine Wiederaufarbeitungsanlage unweit von Wackersdorf errichtet werden, um Brennelemente aus Atomkraftwerken wiederaufzubereiten. Die Pläne stießen auf starken Widerstand aus der Bevölkerung, was zu einer der größten Bürgerprotestbewegungen in der deutschen Nachkriegsgeschichte führte. 1989 wurde das Projekt schließlich aufgegeben, was ein starkes Signal für Umweltschutz und die nachhaltige Entwicklung der Region setzte.

Nach dem Ende des Braunkohlebergbaus und dem Scheitern der WAA-Pläne begann der Wandel zur Tourismusregion. Im Rahmen von Renaturierungsprojekten wurden die ehemaligen, inzwischen gefluteten Tagebaulöcher zu künstlichen Seen, die heute das Herzstück des Oberpfälzer Seenlandes darstellen. Der Murner See, der Brückelsee und der Steinberger See sind heute beliebte Ausflugsziele und bieten vielseitige Möglichkeiten für Wassersport, Freizeitaktivitäten und Erholung in der Natur.



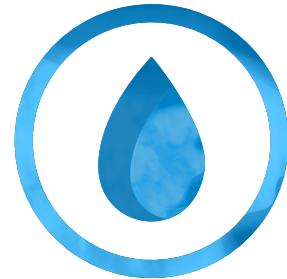
Das Anti-WAAhnsinns-Festival 1986 war mit über 100.000 Besuchern einer der größten deutschen Musikproteste. Künstler wie Die Toten Hosen, Lindenberg und Grönemeyer spielten ohne Gage gemeinsam gegen die geplante WAA.



Erfolgreiche Transformation zur Tourismusregion

Heute ist das Oberpfälzer Seenland ein Paradebeispiel für die erfolgreiche Umwandlung einer ehemaligen Bergbauregion in eine Tourismusdestination. Vom Badeurlaub über Wandertouren und Radtouren bis hin zu kulturellen Veranstaltungen bietet das Oberpfälzer Seenland ein breites Spektrum an Aktivitäten. Die Geschichte der Region verdeutlicht, wie durch gezielte

Renaturierung und die Umnutzung ehemaliger Industrieflächen eine nachhaltige, wirtschaftliche und ökologische Entwicklung möglich ist. Das Oberpfälzer Seenland steht heute für Naturerlebnis, Erholung und Aktivurlaub und hat sich zu einem wichtigen touristischen Ziel in Bayern entwickelt.



Wasser

BEI UNS FINDET JEDER SEINEN
LIEBLINGSPLATZ

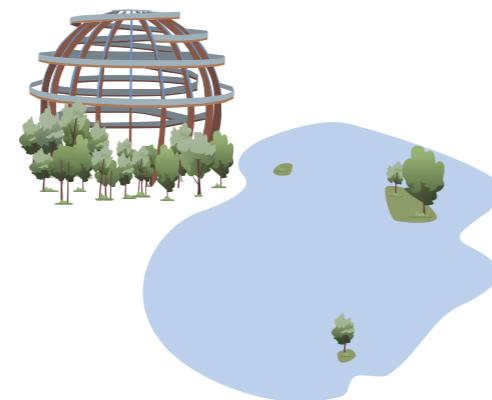
Glitzernde Seen, breite Sandstrände, idyllische Buchten: Im Oberpfälzer Seenland ist Wasser allgegenwärtig. Manche Gewässer entstanden schon vor vielen hundert Jahren, andere erst durch Aufstauung oder zeugen vom früheren Braunkohletagebau – heute sind sie alle Orte der Erholung oder ganz der Natur überlassen. Ob Action beim Wassersport, Familienzeit im Naturbad, stille Auszeit beim Angeln oder entspanntes Bootswandern auf Naab und Regen – hier findet jeder seinen Lieblingsplatz am Wasser.

Der Steinberger See

Das Oberpfälzer Meer

Der Steinberger See ist der größte See Ostbayerns und ein Ort voller Abwechslung. Von der größten begehbaren Erlebnisholzkugel der Welt schweift der Blick weit über Wasser, Wälder und Ufer. Wer Ruhe sucht, findet stille Buchten und Plätze zum Entspannen. Wer Bewegung liebt, entdeckt den sieben Kilometer langen Rundweg oder die weiten Wasserflächen.

Dass hier einst gigantische Schaufelradbagger Millionen Tonnen Braunkohle förderten, ist kaum mehr vorstellbar. Heute ist der Steinberger See ein Symbol für Wandel und Lebensfreude: ein Ort, an dem Natur und Freizeit eng zusammenspielen und jeder seinen eigenen Lieblingsmoment findet.



Typisch Steinberger See:

Erlebnisholzkugel, Adventuregolf, Wasserski & Wakeboarden, SUP-Yoga, Hochseilgarten, (Tret-)Bootverleih, E-Bike-Verleih, Badestrände.



[Mehr entdecken](#)



Der Murner See

Karibikfeeling in der Oberpfalz



Tagsüber tummeln sich hier Badefans und Wassersportler, aber auch Ruhesuchende kommen an den zahlreichen naturbelassenen Abschnitten voll auf ihre Kosten. Abends entfaltet der See im Süden dann seine besondere Seite: In entspannter Atmosphäre wird das „Theatron“ am Murano Beachclub zum Treffpunkt für alle, die den Sommer unter Palmen mit Strandmusik und Cocktails genießen möchten. Ein Aussichtsturm auf der ruhigeren Nordseite eröffnet weite Blicke über Wasser

Typisch Murner See:

Beachclub, E-Bike-Verleih, Aussichtsturm, Erlebnispark, Märchengarten, SUP, Tauchen, Tretbootverleih.



[Weitere Infos](#)

und Landschaft. Wie der Steinberger See, entstand auch der bei Wackersdorf gelegene Murner See aus einem ehemaligen Tagebau und ist heute eine der beliebtesten Sommerdestinationen der Region.



Der Brückelsee

Die sportlich-elegante Perle

Der Brückelsee liegt direkt neben dem Murner See, nur durch einen Damm getrennt – und doch ist er ein ganz eigener Charakter im Oberpfälzer Seenland. Seine weite Wasserfläche, die ruhigen Ufer und die weißen Segel, die im Sommer übers Blau gleiten, verleihen ihm eine besondere Eleganz. Hier schlägt das Herz des Wassersports: Regatten, Trainings und das Vereinsleben des Yachtclubs Weiden machen den See zu einem Treffpunkt für Segler.

Wie auch der Murner See und der Steinberger See entstand der Brückelsee aus dem einstigen Braunkohletagebau. Aus der kargen Landschaft wuchs ein Ort, an dem sich sportliche Leidenschaft und Natur verbinden. Heute gilt er als sportlich-elegante Perle im Oberpfälzer Seenland.



Typisch Brückelsee:

Minigolf, Segel hotspot, Stand-Up-Paddling



Weitere Infos

Der Klausensee

Das Naturbad für Groß und Klein

Der Klausensee bei Schwandorf ist ein kostenpflichtiges Naturbad wie aus dem Bilderbuch: türkisfarbenes Wasser, feiner Sandstrand und eine großzügige Liegewiese laden zum Entspannen, Planschen und Spielen ein – ideal für Familien. Flach abfallende Uferbereiche und ein abgetrennter Nichtschwimmerbereich sorgen für unbeschwerete Badestunden, während die Umgebung Ruhe und sommerli-



che Leichtigkeit schenkt. Ursprünglich war hier eine Kiesgrube, die nach dem Abbau stillgelegt wurde. Mit Geduld und Liebe zur Natur entstand daraus ein See mit Karibikflair, an dem man dem Alltag entfliehen und die Stunden am Wasser genießen kann.



Der Hammersee

Ein See mit Historie

Der Hammersee ist einer der ältesten Seen im Oberpfälzer Seenland – schon im Mittelalter spielte er eine Rolle für das Leben in Bodenwöhr. Aus einem kleinen Wehr entwickelte sich ein Wasserreservoir, das später die Eisenverarbeitung der Region antrieb. Heute erzählt der Name noch von dieser Vergangenheit – der Anblick aber ist ein ganz anderer: ein klarer See, eingebettet in sanfte Ufer und gesäumt von Bäumen, die sich im Wasser spiegeln. Zwei Sandstrände laden zum Baden ein, der Rundweg eröffnet immer wieder neue Ausblicke und im Sommer verwandelt sich die Seebühne auf dem Wasser in einen Treffpunkt für Kultur unter freiem Himmel. Etwas abseits des Sees überrascht eine weitläufige Heidelandschaft. So ist der Hammersee ein Ort voller Ruhe und Inspiration.



Typisch Hammersee:

Angeln, Beachvolleyball, Boccia-Bahn, Bootsverleih, Campingplatz, Grillplatz, Plättenfahrten, Kunst- & Wasserweg



[Mehr Infos](#)



Der Eixendorfer See

Naturidylle mit bewegter Geschichte



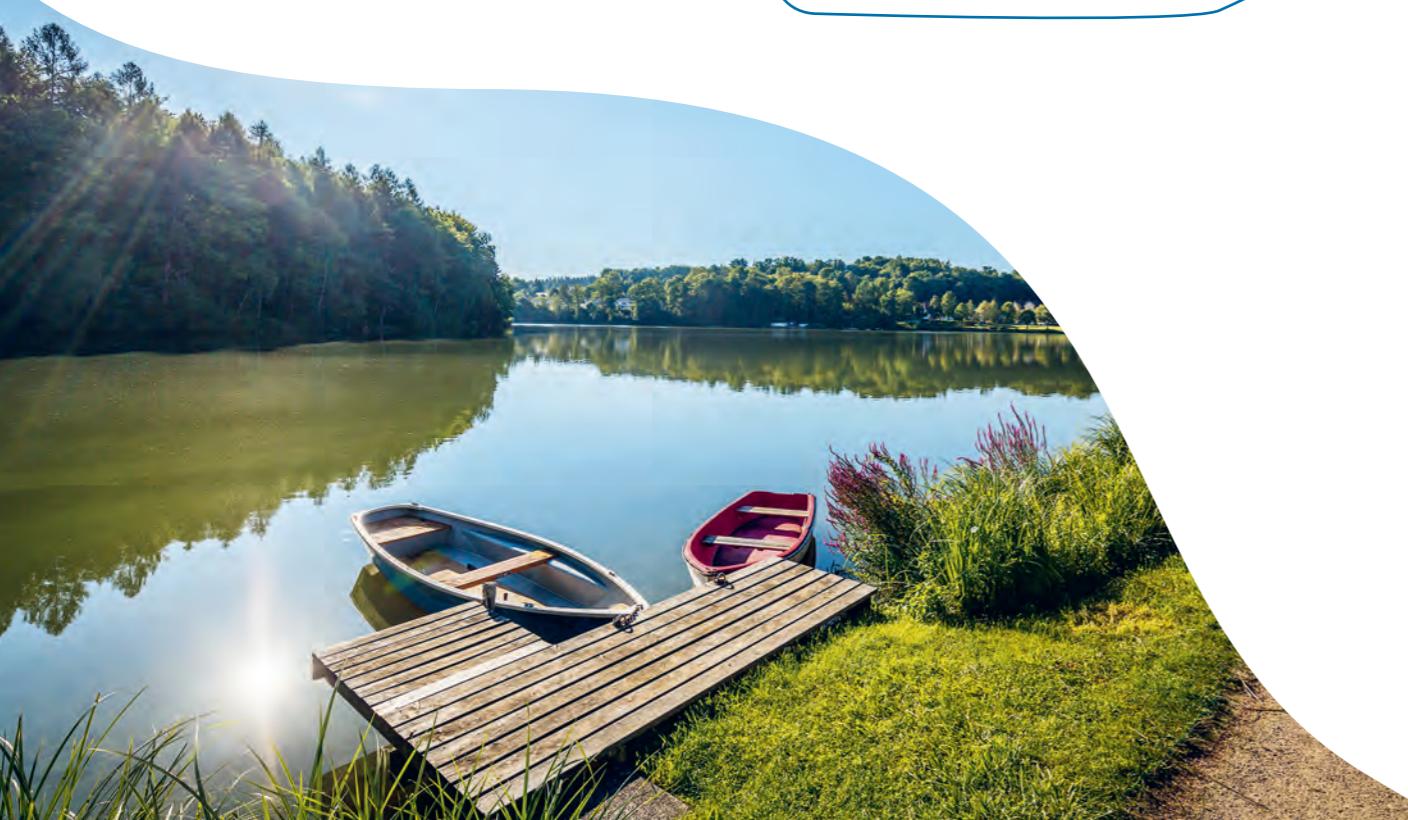
Der Eixendorfer See schlängelt sich durch die Hügellandschaft bei Neunburg vorm Wald und ist ein beliebtes Ziel für Wanderer, Radfahrer und Naturfreunde. Ursprünglich lag hier das Dorf Eixendorf, das vor einigen Jahrzehnten dem Stausee weichen musste. Bei niedrigem Wasserstand lassen sich noch vereinzelt alte Straßenspuren erahnen – ein magisches Zeugnis der Vergangenheit. Heute zeigt der See seine ganze Vielfalt: Segler gleiten über die Wasserfläche, Angler

Typisch Eixendorfer See:

Abenteuerspielplatz „Eixi“, barrierefreie Angelstelle, Golfplatz, Museum, Wildwasserweg, Beachvolleyball, Campingplatz



[Mehr entdecken](#)



probieren ihr Glück und Familien entdecken am Abenteuerspielplatz „Eixi“ Spiel, Spaß und einen herrlichen Panoramablick über das Wasser. Rund um den See führen malerische Wege durch Wiesen, Ufer und kleine Wälder – ideal für ausgedehnte Wanderungen oder entspannte Radtouren.

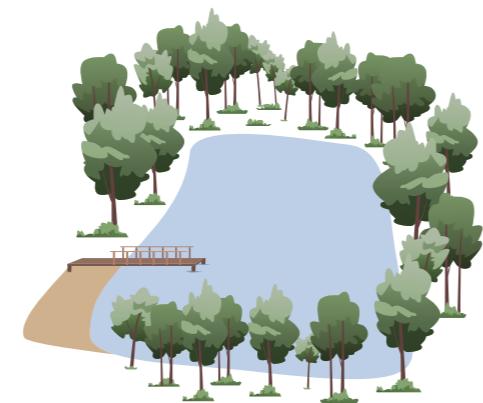


Forsterweiher

Spiel, Sport & Erholung

Am nördlichen Ortsrand von Schwarzenfeld liegt der Forsterweiher – ein kleiner, gemütlicher Badeweicher, an dem sich Gäste und Einheimische an heißen Sommertagen abkühlen können. Schon seit vielen Jahren zieht er Besucher an, die Ruhe und Erholung in der Natur suchen ohne auf Freizeitspaß verzichten zu müssen. Der helle Sandstrand und der Holzsteg laden zum Baden ein, während Familien die Spiel- und Sportmöglichkeiten rund um den Weiher genießen.

Der Forsterweiher ist überschaubar, was ihm eine besonders gemütliche Atmosphäre verleiht. Hier kann man den Tag aktiv gestalten oder entspannt auf der Liegewiese die Sonne genießen.



Typisch Forsterweiher:

Holzsteg, Dirt-Bike-Park, Skateranlage, Sportpark, Grillmöglichkeit, Zeltplatz



[Weitere Infos](#)

Die Sandoase

Klein, aber fein

Die Sandoase ist ein gemütlicher See inmitten von Nadel- und Laubbäumen. Früher wurde hier Sand abgebaut, heute ist der See ein beliebtes Naherholungsgebiet bei Bruck in der Oberpfalz. Zwei kleine Inseln im Wasser setzen charmante Akzente und verleihen der Sandoase ein malerisches Flair. Der helle Sandstrand lädt zum Sonnen, Spielen



und Planschen ein, während Familien die Spielgeräte direkt am Wasser und den Kiosk für kleine Pausen schätzen. Wer gerne aktiv ist, kann die Umgebung auf einem kurzen Spaziergang umrunden. Auf einem Abschnitt des Rundwegs begegnet man beim keltischen Baumkreis seinem persönlichen Baum – eine kleine Entdeckung, die man sich nicht entgehen lassen sollte.

Typisch Sandoase:

Boulderwand, Boulebahn, Fitnessparcours, Keltischer Baumkreis, Beachvolleyball, Nichtschwimmerbereich, großer Sandstrand



[Mehr entdecken](#)





Kanufahren auf unseren Flüssen Naab und Regen

Das Oberpfälzer Seenland ist ein Paradies für alle, die gerne Kanu fahren oder paddeln. Die Naab lädt mit ihren gemächlichen Strömungen zu entspannten Touren ein – ideal für Familien, Paare oder Einsteiger. Auf dem eher ruhigen Fluss lässt sich die Natur in eigenem Tempo genießen.

Der Regen hingegen bietet Abenteuer pur. Aufregende Schwallstrecken, imposante Felsen und versteckte Buchten machen jede Bootstour zu einem Erlebnis. Auch Neulinge können mit einem Guide die spannenden Abschnitte sicher befahren und die unberührte Natur der Oberpfalz entdecken.

Touren auf der Naab

Die Naab eignet sich besonders für entspannte Touren. Von Frühjahr bis Herbst bieten sich gute Bedingungen für Kanus oder Zweier-Faltboote.

- **Luhe-Wildenau – Nabburg** (ca. 21,6 km)
- **Nabburg – Schwandorf** (ca. 19,5 km)
- **Schwandorf – Burglengenfeld** (ca. 24,1 km)
- **Burglengenfeld – Kallmünz** (ca. 9,8 km)
- **Kallmünz – Mariaort** (ca. 21,9 km)

Touren auf dem Regen

Die klassische Strecke beginnt bei Pulling, wo der Weiße Regen in den Schwarzen Regen mündet, und führt auf fünf Etappen bis nach Regensburg:

- **Blaibacher See – Cham** (ca. 22 km)
- **Cham – Roding** (ca. 22,5 km)
- **Roding – Nittenau** (ca. 23,5 km)
- **Nittenau – Ramspau** (ca. 19,5 km)
- **Ramspau – Regensburg** (ca. 20,5 km)

Entlang der Flussläufe finden Paddler zahlreiche Einkehr- und Übernachtungsmöglichkeiten, sodass man jede Etappe gemütlich ausklingen lassen kann.

Das Oberpfälzer Seenland ist ein Paradies für Angler

Rund 30 Gewässer im Oberpfälzer Seenland machen Lust auf große und kleine Fänge. Ob am idyllischen Fluss oder am weiten See – hier finden Anfänger und passionierte Angler ihr Revier.

Der Hammersee

Der naturreine Hammersee gilt seit Jahren als zuverlässiger Fanggrund für Fried- und Raubfisch. Mit seinen rund acht Kilometern Länge bietet er unzählige Plätze zum Angeln. Besonders Karpfen und kapitale Waller über 30 Pfund machen den See weit über die Region hinaus bekannt.

Praktisch: Der See liegt direkt im Ort, doch am bewaldeten Ufer finden sich ruhige und abgeschiedene Plätze. Unterkünfte und Campingplätze direkt am Wasser machen den Angelurlaub besonders bequem.

Der Eixendorfer See

Der Eixendorfer See ist bekannt für seinen hervorragenden Raubfischbestand: Hechte, Zander und Karpfen erreichen hier beeindruckende Größen. Der Neunburger Fischereiverein sorgt mit intensiven Besatzmaßnahmen dafür, dass der sechs Kilometer lange See eine Top-Adresse für Angler bleibt.

Die Schwarzach

Im nordöstlichen Teil des Oberpfälzer Seenlandes schlängelt sich die Schwarzach durch

die hügelige Landschaft – ein Paradies für Spinn- und Fliegenfischer. Langsam fließende tiefe Abschnitte und seichte Wildwasserzonen bieten ideale Bedingungen und abwechslungsreiche Angelerlebnisse am Fluss.

Der Regen rund um Nittenau

Der Regen zählt zu den besten Fließgewässern in Deutschland. Er bietet abwechslungsreiche Abschnitte, die sowohl für gemütliche Tagesausflüge als auch für kleine Abenteuer ideal sind. Große Welse, Hechte, Karpfen und Zander ziehen Angler ebenso an wie die idyllische Flusslandschaft.

Die Naab

Die Naab zieht sich wie ein blaues Band durch das Oberpfälzer Seenland. Ihre naturbelassenen Ufer und die zahlreichen Kiesweiher entlang des Flusses bieten beste Voraussetzungen für entspanntes Angeln. Besonders Hechte, Zander, Karpfen und Waller machen die Naab zu einem attraktiven Revier – von Schwarzenfeld über Schwandorf bis nach Klardorf.

Infos zu Angelkarten





„Ein Gefühl von Freiheit: Wasser, der Wind im Gesicht, die Sonne im Rücken.“

Irene Hirsch betreibt seit 2019 die Wassersportschule 4 Sailors am Steinberger See. Als ausgebildete Instructorin bietet sie beispielsweise Windsurf- oder auch SUP-Kurse an und begeistert mit ihrer herzlichen Art Gäste und Einheimische für den Wassersport.

Frau Hirsch, wie sind Sie zum Wassersport gekommen – und was hat Sie dazu bewogen, eine eigene Schule zu eröffnen?

Irene Hirsch: Eigentlich hatte ich als Kind kaum Berührung mit dem Element Wasser. Erst mit Anfang 20 lernte ich meinen späteren Mann kennen, der leidenschaftlich surft. Auch unsere Kinder waren bald dabei – und ich wollte nicht länger nur zusehen. Mit 25 wagte ich den Sprung aufs Brett. Da ich bereits Erfahrung als Trainerin im Kampfsport hatte, war der Weg zur Surfschülerin und SUP-Instructorin nicht weit. Die Nachfrage wuchs und die Gründung der 4 Sailors in Kooperation mit dem Steinberger Surfclub war ein echter Glücksfall.

Was erleben Gäste, die bei Ihnen Kurse besuchen?

Irene Hirsch: Von Kindern ab neun Jahren bis zu über 70-Jährigen reicht die Bandbreite. Ob SUP- oder Windsurfkurse, Schwimm- oder Sicherheitstrainings – jeder findet bei uns seinen Platz. Besonders beliebt sind die Kurse für Gäste 55+, die oft das erste Mal etwas Neues wagen. Manche suchen die sportliche Herausforderung, andere einfach Ruhe auf dem Wasser. Für mich sind es die glücklichen Gesichter nach einer gelungenen ersten Fahrt, die unvergesslich bleiben.



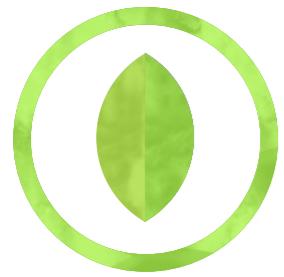
Irene Hirsch
Wassersportschule 4 Sailors

Welche Rolle spielt der Wassersport für den Tourismus im Oberpfälzer Seenland?

Irene Hirsch: Er ist Herzstück und Markenzeichen zugleich. Das Gefühl von Freiheit auf dem Wasser, der Wind im Gesicht, die Sonne im Rücken – das macht den Urlaub hier einzigartig. Viele Gäste aus München, Franken oder Baden-Württemberg kommen inzwischen lieber ins Oberpfälzer Seenland als an die großen bayerischen Seen, weil es hier persönlicher und entspannter ist.

Beschreiben Sie das Oberpfälzer Seenland in drei Worten.

Irene Hirsch: Simply the best.



Natur

WO DIE NATUR NOCH NATUR
SEIN DARF

Zwischen sanften Hügeln, Flussauen und endlosen Wäldern zeigt sich die Natur im Oberpfälzer Seenland von ihrer ursprünglichen Seite. Hier laden Naturschutzgebiete, mystische Felsformationen und auch zwei Geotope zum Entdecken ein. Geführte Touren mit Naturparkrangern machen unsere Landschaft erlebbar – nah, abwechslungsreich und authentisch.





Charlottenhofer Weihergebiet

Naturschutzgebiet entdecken



Das Charlottenhofer Weihergebiet ist ein echtes Paradies für Naturfreunde. Über 800 Hektar Teiche, Wiesen und Wälder laden zum Staunen ein. Als zweitgrößtes Naturschutzgebiet der Oberpfalz bietet es Lebensraum für zahlreiche Vogelarten und seltene Pflanzen. Wer aufmerksam durch diese Landschaft streift, spürt, wie wohltuend echte Natur sein kann.

Schon gewusst? Als Flora-Fauna-Habitat steht das Charlottenhofer Weihergebiet unter dem Schutz der Europäischen Union im Rahmen des Projekts Natura 2000. Es sorgt dafür, dass besonders wertvolle Naturgebiete wie dieses nicht zerstört werden.

Respekt! Zum Schutz der Tier- und Pflanzenwelt in diesem Bereich bitten wir darum, die ausgewiesenen Wege nicht zu verlassen!

Mehr erfahren



Pingartener Porphy

Wer kann schon behaupten, er hätte 270 Millionen Jahre Erdgeschichte live erlebt? Im Pingartener Porphy lässt sich genau das erahnen. In den farbigen Gesteins- und Erdschichten spiegeln sich Jahrtausende geologischer Entwicklung wider. Im 20. Jahrhundert wurde das Gestein als Eisenbahnschotter verwendet, heute ist der aufgelassene Steinbruch ein Naturdenkmal, das Geschichte greifbar macht.



Platz 6 der 100 schönsten Geotope Bayerns!

Alle Infos zum Geotop



Wackersdorfer Braunkohle

Ohne Braunkohle kein Seenland! Denn genau dort, wo heute unsere größten Seen liegen, wurde vor Jahrzehnten Braunkohle abgebaut. Die einst karge Landschaft rund um Wackersdorf und Steinberg am See wurde nach dem Ende des Braunkohletagebaus aufwändig renaturiert und so entstanden z. B. Steinberger See, Knappensee, Murner See und Brückelsee. Im Geotop Wackersdorfer Braunkohle bleibt die alte Braunkohleschicht sichtbar, bewusst nicht rekultiviert. Vom Aussichtspunkt aus können Besucher die spannende Entwicklung von Industriegeschichte zur Naturidylle hautnah erleben.



Platz 99 der 100 schönsten Geotope Bayerns!



Druidenstein

Seinen Namen verdankt der Druidenstein den alten Sagen, die sich um den Felsen bei Neunburg vorm Wald ranken. Man erzählt, keltische Priester hätten hier einst Rituale abgehalten. Der zerklüftete Granitblock mit seinem runden Loch und den geheimnisvollen Zeichen regt bis heute die Fantasie an. Eingebettet in dichtem Mischwald liegt der Druidenstein nur einen kurzen Abstecher vom Fernwanderweg Goldsteig entfernt.



Druidenstein
entdecken



Wasserstein

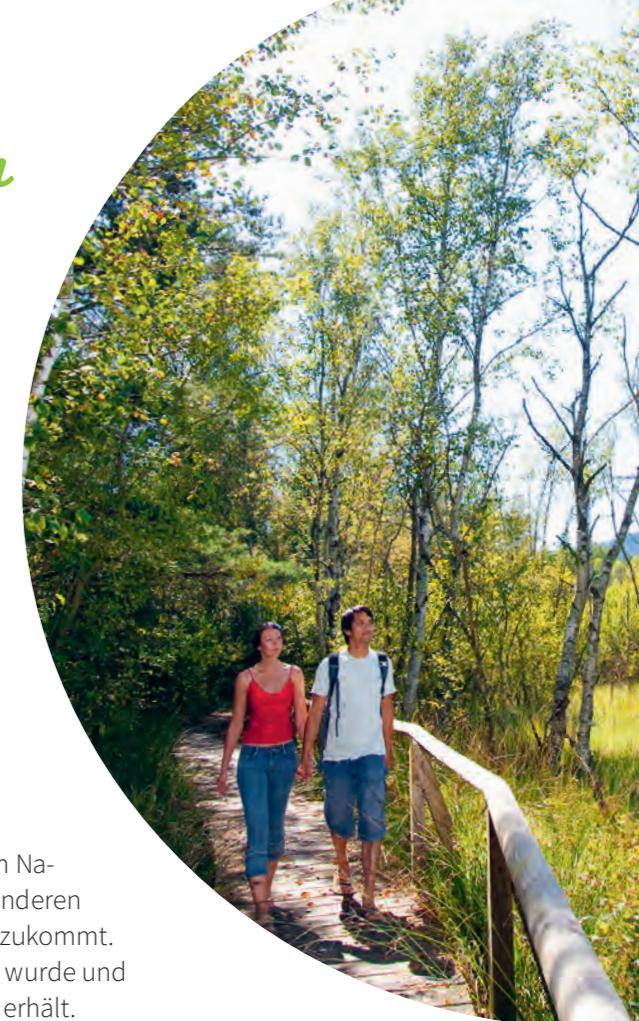
Seit jeher gilt der Wasserstein als besonderer Ort. Ob früher keltische Stätte oder einfach ein Wunder der Natur – das Rätsel bleibt. Noch heute strahlt der Felsen mitten im Wald eine geheimnisvolle Ruhe aus. Wer hinaufsteigt, sieht die Vertiefungen des Steins.

Wer den Wasserstein entdecken möchte, kann ihn auf einem 5 km-Rundweg durch die idyllische Waldlandschaft bei Nittenau erreichen.



Geführte Wanderungen

Bei zahlreichen geführten Wanderungen mit Naturparkrangern oder Gästeführern können Sie die Wald- und Wasserlandschaften im Oberpfälzer Seenland besonders intensiv erkunden. Ob spannende Geschichten oder seltene Pflanzen und Tiere aus nächster Nähe – unsere Naturexperten garantieren faszinierende Einblicke in die vielfältigen Landschaftsräume.



Was ist los im Moos?

Im Prackendorfer und Kulzer Moos führt die Tour durch den urwüchsigen Moorwald mit seinen Moorgewässern. Hier entdecken Sie, welche seltenen Pflanzen und Tiere im Naturschutzgebiet leben und welche Bedeutung dieser besonderen Landschaft auch ganz aktuell in Zeiten des Klimawandels zukommt. Zudem wird veranschaulicht, wie das Moor früher genutzt wurde und wodurch das Schutzgebiet seinen einzigartigen Charakter erhält.

Das Tauberwiesbachtal

Die Führung startet am Tauberwiesbach beim Eixendorfer Stausee. Auf dem Lehrpfad erfahren Sie alles über die hier vorkommenden Baumarten und die Besonderheiten des Waldes. Unsere Gebietsbetreuerin erklärt außerdem, wie verschiedene Beteiligte bei der Umsetzung eines Naturschutzprojektes zusammengearbeitet haben und was diesen Lebensraum besonders macht.

Lust auf eine geführte Naturtour?

In unserem Online-Erlebnisshop finden Sie immer die nächsten geführten Wanderungen.





„Ich kümmere mich ums Oberpfälzer Seenland.“

Die Diplomgeographin Birgit Simmeth ist nicht nur Gebietsbetreuerin für den Naturpark Oberpfälzer Wald, sondern kümmert sich auch ganz konkret um das Oberpfälzer Seenland. Schützenswertes zu bewahren und gleichzeitig auf die Schönheit der Natur aufmerksam zu machen, ist ihr ein Herzensanliegen.

Frau Simmeth, wie sieht ein typischer Arbeitstag bei Ihnen aus?

Birgit Simmeth: Eine bunte Mischung aus Schreibtischarbeit und spannender Zeit draußen: Ich erfasse besondere Tier- und Pflanzenarten, kontrolliere Schutzgebiete oder entferne Neophyten wie den Riesen-Bärenklau. Genauso wichtig ist der Austausch mit Behörden, Naturschutzverbänden oder Ehrenamtlichen. Bei Führungen und Aktionen – etwa der Wasserwoche – bin ich Ansprechpartnerin für alle, die Natur hautnah erleben möchten.

Was fasziniert Sie am meisten am Oberpfälzer Seenland?

Birgit Simmeth: Mich begeistert der Kontrast: Auf engstem Raum liegen stille Weiherlandschaften wie das Charlottenhofer Weihergebiet und trockene Sandlebensräume in der Heidelandschaft bei Bodenwöhr und Bruck in der Oberpfalz. Wasser und Trockenheit, seltene Vögel und einzigartige Pflanzen – diese Vielfalt macht die Region unvergleichlich.

Welche Rolle spielt die Natur für den Tourismus?

Birgit Simmeth: Eine intakte Natur ist die Basis für unvergessliche Urlaubserlebnisse. Durch Besucherlenkung – etwa über Erlebniswege im Naturschutzgebiet Prackendorfer- und Kulzer Moos – können Gäste die Schönheit entdecken, ohne die sensiblen Lebensräume zu stören.

Beschreiben Sie das Seenland in drei Worten.

Birgit Simmeth: Wasserreich. Waldreich. Artenvielfalt.

Birgit Simmeth

Gebietsbetreuerin für den Naturpark
Oberpfälzer Wald & das Oberpfälzer Seenland
Naturschutz. Für Dich. Vor Ort.





Aktiv

UNTERWEGS ZWISCHEN SEEN,
WÄLDERN UND HÜGELN

Bewegung hat im Oberpfälzer Seenland viele Gesichter. Gut ausgeschilderte Wege laden zum Radeln und Wandern ein – mal gemütlich am Wasser entlang, mal sportlich durch Wälder und Hügellandschaften. Auch auf dem Pferderücken oder beim Erkunden thematischer Erlebniswege wird Aktivsein hier zum besonderen Naturerlebnis.

Wanderwege & Touren am Wasser

Einfach losgehen, die Natur und das Wasser spüren und neue Lieblingsorte finden – das macht Wandern im Oberpfälzer Seenland aus.

Oberpfälzer Seenweg

Der Oberpfälzer Seenweg verbindet Jurasteig, Erzweg und Goldsteig – und führt in vier genussvollen Etappen durch traumhafte Natur, vorbei an Seen, Flüssen und faszinierenden Geschichten. Entdecken Sie wildromantische Landschaften, märchenhafte Orte und echte Wanderfreude im Herzen der Oberpfalz.



●●● Medium
↔ 71,5 km
⌚ 22:00 h



Ritter- & Geisterpfad

Mutige Entdecker folgen dem Regen von Stefling zur sagenumwobenen Burgruine Stockenfels. Mystische Felsen und uralte Erzählungen über Ritter und Bierpanscher begleiten Sie auf Ihrer Tour. Erleben Sie eine Wanderroute, die Spannung, Abenteuer und geheimnisvollen Charme vereint.



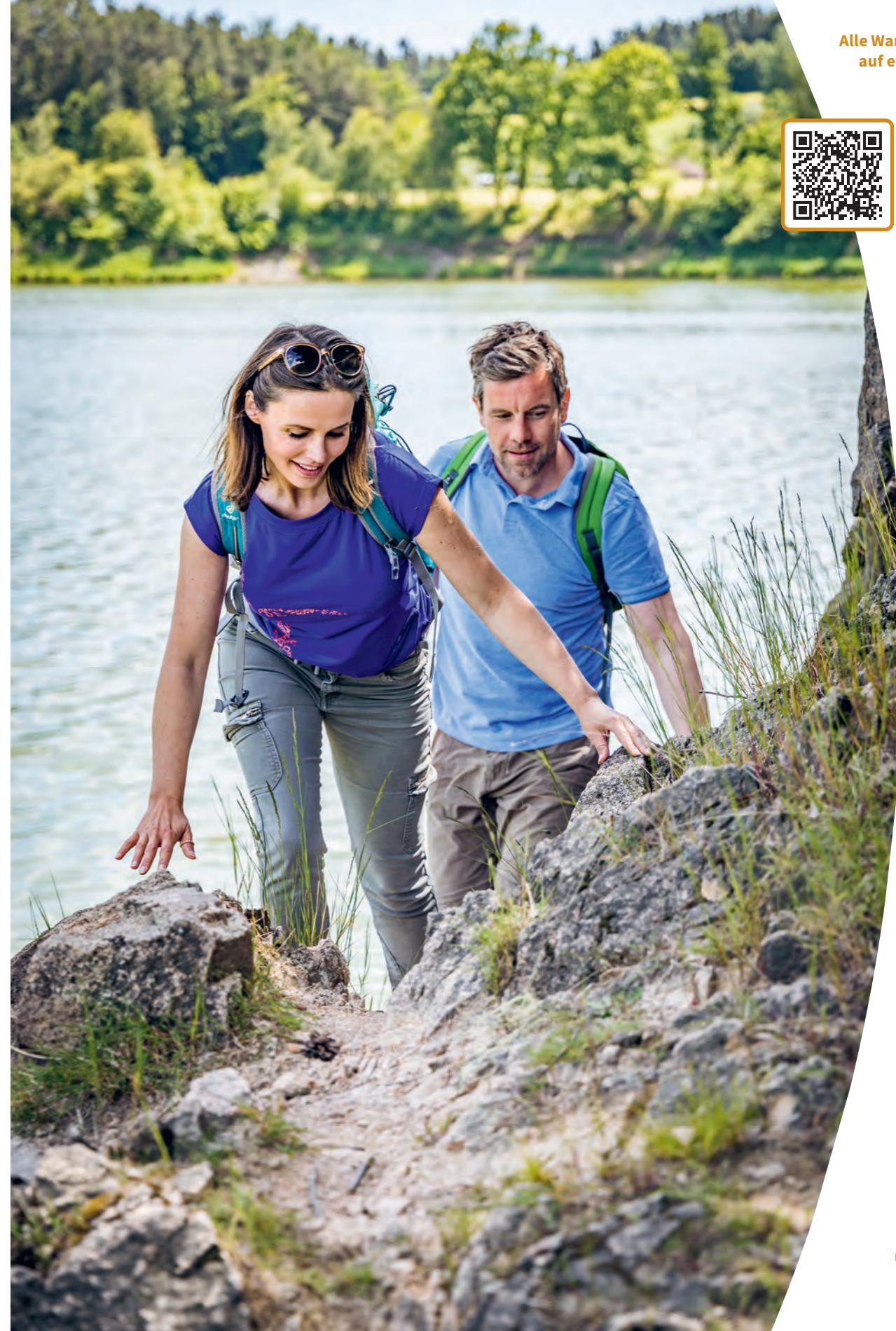
●●● Medium
↔ 12,1 km
⌚ 03:50 h

Sieben-Brücken-Weg

„Über sieben Brücken kannst du geh'n...“ an der Naab, vorbei am Schloss Fronberg und dem Oberpfälzer Künstlerhaus. Entlang malerischer Pfade und ruhiger Uferwege begegnen Ihnen spannende Geschichten – darunter auch eine alte Drachenlegende. Die Mischung aus Natur, Sage und kleinen Entdeckungen macht die Wanderung zu einem abwechslungsreichen Erlebnis für die ganze Familie.



●●● Sehr leicht
↔ 6,1 km
⌚ 01:35 h





Radwege & Touren am Wasser

Ob gemütlich am Seeufer oder sportlich
quer durchs Oberpfälzer Seenland – die
Radwege der Region bieten Abwechslung.

Vier-Seen-Radweg

Der Name hält, was er verspricht: Vier Seen – ein Radweg. Vom Murner See und Brückelsee geht's durch Wälder, vorbei an historischen Spuren, bis zum Knappensee und Steinberger See. Wer möchte, legt Zwischenstopps für atemberaubende Ausblicke, eine Runde Adventure-Golf oder einen Cocktail unter Palmen ein.



●●● Leicht
↔ 31,0 km
⌚ 02:30 h

Quer durchs Oberpfälzer Seenland

Einmal alles, bitte! Auf dieser Rundtour geht es teilweise über alte Bahntrassen durch das Naab- und Schwarzachtal, vorbei an Hammer- und Murner See, ruhigen Weihern und dem zweitgrößten Naturschutzgebiet der Oberpfalz. Kleine Orte, entspannte Ufer und genussvolle Einkehrmöglichkeiten wechseln sich ab – hier gibt es immer etwas zu entdecken.



●●● Leicht
↔ 59,2 km
⌚ 04:00 h

Naab-Regen-Radweg

Starten Sie Ihre Tour in Schwarzenfeld an der Naab und rollen Sie auf dieser Strecke weiter, vorbei an stillen Teichen in Richtung des Naturschutzgebietes Charlottenhofer Weiher. Am Hammersee genießen Sie die Natur und an der Sandoase springen Sie ins Wasser. In Nittenau warten zum Abschluss mehrere Gasthöfe – oder wer noch Lust hat, eine kleine Kanutour auf dem Regen.



●●● Leicht
↔ 33,0 km
⌚ 02:30 h



Ein Eldorado für Pferdefreunde

Das Oberpfälzer Seenland bietet erstklassige Reitbedingungen und ist damit das ideale Ziel für unvergessliche Erlebnisse rund ums Pferd. Die Region schafft eine traumhafte Kulisse für Reiter und ihre Pferde. Unsere engagierten Betriebe stehen bereit, um die Wünsche aller Pferdefreunde zu erfüllen. Lassen Sie sich inspirieren und planen Sie Ihr nächstes Abenteuer – vielleicht sogar mit dem eigenen Pferd.



Schon gewusst?

2022 wurde Neunburg vorm Wald von der Deutschen Reiterlichen Vereinigung als „pferdefreundliche Gemeinde“ ausgezeichnet – eine von nur wenigen in Deutschland. Das Siegel bestätigt: gepflegte Reitwege, qualifizierte Reitbetriebe und eine Infrastruktur, die Pferd und Reiter optimal unterstützt, schaffen ideale Bedingungen für Ausritte und pferdefreundliche Freizeitgestaltung.



Hier geht's zu unseren Reitbetrieben

In vielen Betrieben im Oberpfälzer Seenland können Ross und Reiter auch gemeinsam einchecken.



Aktivitäten am Wasser

Im Oberpfälzer Seenland warten über 8 Quadratkilometer glitzernder Wasserflächen darauf, von Ihnen entdeckt zu werden. Gleiten Sie beim Stand-Up-Paddling und Tretbootfahren über die Seen, spüren Sie den Nervenkitzel beim Wakeboarden oder lassen Sie sich beim Segeln den Wind durch die Haare wehen. Tauchen Sie in die Unterwasserwelt ein, erkunden Sie mit dem Kanu versteckte Buchten auf unseren Flüssen oder genießen Sie ruhige Momente beim Angeln.



Jetzt entdecken

Unsere Erlebnisparks

... noch viel mehr zu erleben



Größte Erlebnisholzkugel der Welt

Wer traut sich 40 Meter hoch hinaus? Die größte begehbarer Erlebnisholzkugel der Welt bietet über 30 Erlebnisstationen, zwei Hängebrücken und eine 80 Meter lange Riesenrutsche. Kleine Abenteurer testen ihre Geschicklichkeit im Klettertrail, während der Hochseilgarten für Spannung und Nervenkitzel sorgt.



Erlebnispark Wasser-Fisch-Natur

Familien erleben am Murner See Wasser, Wissen und Spiel in einem: Fünf Teiche laden zum Forschen, Entdecken und Planschen ein. Ein großer Wasserspielplatz mit Sand, einem Schiff und Hängebrücken machen den Park zum Paradies für Kinder. Und das Beste: Der Eintritt ist frei.



Abenteuerspielplatz „Eixi“

Am Eixendorfer See wartet ein Abenteuer der besonderen Art: Der Holzkarpfen „Eixi“ mit Aussichtsluke, Lehrpfad und Spielplatz. Während die Kinder klettern, rutschen und toben, können die Erwachsenen auf Liegen entspannen. Highlight: Der Blick vom „Eixi“ über den See. Der Abenteuerspielplatz ist frei zugänglich.



Freizeitpark Movin' Ground

Lust auf Action, Spiel und Abenteuer? Im Movin'Ground am Steinberger See können Kinder auf Trampolinen, Hüpfburgen und Wasserrutschen toben, während die Erwachsenen die Sonne am Sandstrand genießen. Tretbootfahren auf dem See sorgt für extra Spaß und wer länger bleiben möchte, findet direkt neben dem Freizeitpark Stellplätze für Wohnmobile oder kann sogar am See zelten.



Oberpfälzer Märchengarten

Am Murner See erwachen die Geschichten von Franz Xaver von Schönwerth, einem oberpfälzer Volkskundler und Märchensammler, zum Leben. Holzskulpturen, Illustrationen und Schautafeln machen seine Geschichten greifbar und laden Kinder zum Entdecken ein. Der Oberpfälzer Märchengarten verbindet Fantasie mit der Natur – und das ganz ohne Eintritt.



Minigolf mal anders

Die Stonehill Adventuregolfanlage am Steinberger See bietet 18 Bahnen, die thematisch den Wandel der Region vom Bergbau zum Tourismus darstellen. Ab 2026 erweitern zwei weitere Anlagen am Flugplatz Nittenau-Bruck und im Stadtpark von Neunburg vorm Wald das Angebot. Ideal für alle, die Minigolf in besonderer Form erleben möchten.



Segway mit Peter

Unser Segway Peter kennt das Oberpfälzer Seenland wie seine Westentasche. Auf den Uferwegen rund um die größten Seen und durch das urbane Schwandorf begleitet er Gäste zu versteckten Plätzen und besonderen Ausblicken.



Zwischen Startbahn und Kaffeegenuss

Am Flugplatz Nittenau-Bruck eröffnen sich Möglichkeiten für Rundflüge. Wer lieber auf dem Boden bleibt, genießt im Café an der Start- und Landebahn hausgemachte Kuchen, Snacks und den Blick auf die Flugzeuge. Auch Radfahrer kommen auf ihre Kosten, denn E-Bikes stehen vor Ort zum Verleih.



Volle Fahrt voraus

Adrenalin pur erwartet Motorsportfans im ProKart Raceland Wackersdorf – einer der größten Kartanlagen Deutschlands. Auf 610 Metern Indoor- und 1.275 Metern Outdoorstrecke kommt echtes Rennfeeling auf. Moderne Technik, sichere Strecken und leistungsstarke Karts sorgen für maximalen Fahrspaß.



Ab aufs Grün

Im Oberpfälzer Seenland liegt eine der schönsten Golfanlagen der Oberpfalz. Die 18-Loch-Anlage des Golf- und Landclubs Oberpfälzer Wald bietet abwechslungsreiches Spiel und traumhafte Ausblicke. Besonders spektakulär: Loch 9 mit 50 Höhenmetern bergab. Nach der Runde lädt das Clubrestaurant zum Genießen und Entspannen ein.

„Es ist diese Mischung aus Abwechslung und Überraschung.“

Als zertifizierter ADFC-Radlguide und Gästeführer im Oberpfälzer Seenland empfängt Andreas Prölß seit vielen Jahren zahlreiche Gästegruppen. Auf seinen Touren erfahren Teilnehmer, für welche Ziele sich auch ein Umweg lohnt.

Was schätzen Radfahrer und Aktivurlauber besonders am Oberpfälzer Seenland?

Andreas Prölß: Es ist diese Mischung aus Abwechslung und Überraschung: sanfte Radwege entlang der Flüsse, sportliche Anstiege über die Hügel, dazwischen immer wieder die funkelnden Seen. Hier lassen sich Naturerlebnis und Bewegung wunderbar verbinden – und am Ende wartet oft eine gemütliche Einkehr. Viele Gäste staunen, wie vielfältig das Seenland ist, und sind begeistert von dem Freizeitangebot, das sie vorher gar nicht erwartet hätten. Für mich ist es ein großes Glück, diese Schätze zeigen zu dürfen.

Haben Sie eine persönliche Lieblingstour?

Andreas Prölß: Mein Favorit ist der Vier-Seen-Radweg, den ich je nach Gruppe variieren kann. Er verbindet einige der schönsten Seen und bietet spannende Einblicke in die Geschichte der Region. So baue ich regelmäßig Stopps an den Stätten des Braunkohleabbaus, im Tertiärwald oder zur Geschichte der Wiederaufarbeitungsanlage Wackersdorf ein. Ein Highlight ist auch immer der Erlebnispark „Wasser-Fisch-Natur“ am Murner See – ein Ort, der Kinder wie Senioren begeistert.

Was war Ihr schönstes Erlebnis mit Gästen?

Andreas Prölß: Unvergesslich sind die Momente, wenn Gäste nach einer Tour sagen:



Andreas Prölß

Zertifizierter ADFC-Radlguide und
Gästeführer im Oberpfälzer Seenland

„Das Seenland hätten wir so nie entdeckt – wir kommen wieder.“ Dann weiß ich, dass die Mischung aus Natur, Bewegung und Geschichten angekommen ist. Für viele ist es ein Geschenk, einfach loszuradeln, sich um nichts kümmern zu müssen und trotzdem die Region ganz intensiv zu erleben – ob bei einer genussvollen Tagetour oder bei einer sportlicheren Mehrtagestour mit einigen Höhenmetern.

Beschreiben Sie das Oberpfälzer Seenland in drei Worten.

Andreas Prölß: Natur zum Erleben.





Kultur

ZWISCHEN BURGMAUERN UND FESTIVALS

Ob Festivalstimmung am Wasser, traditionelle Kirchweihen in den Ortschaften oder große Freilichtspiele vor historischer Kulisse – im Oberpfälzer Seenland wird Kultur gelebt und nicht nur bewahrt. Zahlreiche Museen, Burgen und Schlösser erzählen von einer bewegten Geschichte, Themenführungen machen sie erlebbar. Hier trifft ostbayerische Heimat auf neue Impulse.



Veranstaltungshighlights

Keine Veranstaltung
mehr verpassen



Neunburger Burgfestspiele

Neunburg vorm Wald

Über 100 Mitwirkende bringen die Ereignisse des Hussenkriegs von 1433 auf die Bühne. Vor der eindrucksvollen Schlosskulisse entfaltet sich ein Freilichtspiel voller Spannung, historischer Tiefe und mitreißender Szenen – ein kulturelles Highlight, das Geschichte lebendig werden lässt.



Yoga Sound Sea Festival

Steinberg am See

Vier Tage Yoga, Meditation und Musik direkt am See: Über 125 Workshops mit internationalen Lehrern und Künstlern machen das größte Yoga-Festival im deutschsprachigen Raum zu einem unvergesslichen Erlebnis – mit Gemeinschaft und Inspiration in entschleunigender Atmosphäre.



Geisterwanderung zu Nittenau

Nittenau

Wenn die Dämmerung hereinbricht, erwachen Legenden zum Leben: Auf alten Pfaden durchs Regental begegnen Besucher Bierpantschern, Hexen und dem kopflosen Reiter. Szenische Darstellungen an den Burgen machen das Freilichtspiel zu einem faszinierenden Erlebnis mit Gänsehautgarantie.



Brucker Markspielsommer

Bruck i.d. OPf.

Seit Jahrzehnten fester Bestandteil im Kulturkalender: Der Markspielsommer bringt jedes Jahr ein neues Theaterstück auf die Bühne. Besucher erwarten kurzweilige Abende voller Humor, Spannung und Emotionen – ein Erlebnis, das alle Theaterfans gleichermaßen begeistert.



Schlosspark Festival

Schwarzenfeld

Beim Schlosspark Festival sorgen hochkarätige Künstler für unvergessliche Sommerabende. Die besondere Atmosphäre zwischen Schlossmauern und Parkanlage macht das Event zu einem Highlight für Musikliebhaber.



Schwandorfer Kultkeller

Schwandorf

Der Kultkeller ist mit seiner einzigartigen Atmosphäre und einer unvergleichlichen Akustik ein Veranstaltungsort der ganz besonderen Art. Hier können Sie von Oktober bis April sorgfältig kuratierte Theater- und Konzertabende verschiedener Genres erleben.



Kultur unter freiem Himmel

Bodenwöhr

Die Seebühne am Hammersee verbindet Natur und Kultur auf einezigartige Weise. In den Sommermonaten erlebt man unter freiem Himmel Kabarett, Konzerte, Aufführungen für Kinder und noch mehr. Die Atmosphäre direkt am Ufer macht jede Veranstaltung zu etwas Besonderem.



Kunst- & Kulturtwochen

Wackersdorf

In allen geraden Jahren im Oktober finden die Kunst- und Kulturtwochen statt – ein buntes Programm mit Konzerten, Kabarett, bildender Kunst, Workshops, Ausstellungen, Lesungen und vielem mehr. Besucher können Kunst erleben, selbst gestalten und in die kreative Welt eintauchen.

Burgen & Schlösser



Burg Hof am Regen

Die Burg Hof am Regen erzählt die Geschichte des Adelsgeschlechts der Hofer, erstmals 1180 erwähnt. Die Anlage mit Vor- und Hauptburg beeindruckt mit einer romanischen Kapelle, deren Malereien aus dem 15. Jahrhundert stammen. Beim Tag des offenen Burgtores können Besucher die historischen Räume erkunden und mehr über Legenden wie den „Reiter ohne Kopf“ erfahren. Die Führungen finden von Mai bis Oktober jeweils am 3. Sonntag statt. Die Burg ist außerdem einer der Schauplätze der „Geisterwanderung zu Nittenau“. Zudem informiert im Torhaus eine Infostelle des Naturparks Oberer Bayerischer Wald über die regionale Natur.



Burgruine Stockenfels

Die aus dem 13. Jahrhundert stammende Buraganlage mit Wohnturm und Palas liegt auf einem Felsen über dem Regental und ist eine der geheimnisvollsten Geisterburgen Bayerns. Einst Sitz von fünf Raubrittern, blieb sie über Jahrhunderte nahezu unverändert. Von Mai bis Oktober öffnen jeweils am 1. Sonntag des Monats die Tore beim Tag des offenen Burgtores – perfekt, um die mittelalterliche Atmosphäre zu spüren und die spannende Legende rund um die „Bierpanscher“ zu entdecken.



Altes & Neues Schloss Neunburg

Majestatisch auf einem Granitsporn über der Schwarzach thront das Ensemble aus Wartturm, Altem und Neuem Schloss und prägt das Stadtbild seit über 1.000 Jahren. Besucher entdecken den spätgotischen Wartturm, das dreigeschossige Alte Schloss und den zweigeschossigen Neubau aus dem 16. Jahrhundert. Im Alten Schloss befindet sich das Schwarzachtaler Heimatmuseum und der historische Schlosssaal. Im Burghof begeistern im Sommer Burgfestspiele und Konzerte, im Winter lockt der romantische Burgadvent. Führungen machen die Geschichte, Architektur und herrlichen Ausblicke erlebbar.

Museen

Die Museen im Oberpfälzer Seenland machen jeden Tag zum Erlebnis – selbst bei Regen. Entdecken Sie die Geschichte des Braunkohleabbaus, erkunden Sie Heimat- und Bauernmuseen oder besuchen Sie die Stadtmuseen in Nittenau und Schwandorf.



Alle Museen
auf einen Blick



Erlebnis- & Stadtführungen



Infos &
aktuelle
Termine



Tickets
online
buchbar



Die Berggeistwanderung

Auf rund 4,5 Kilometern um den Knappensee verschmilzt Geschichte mit Abenteuer. Der Knappenverein und Laienschauspieler lassen die Braunkohlezeit in Steinberg am See lebendig werden und führen Besucher in die Welt der Bergleute – geprägt von harter Arbeit, Zusammenhalt und kuriosen Geschichten. Dabei begegnet man auch dem legendären „Berggeist“, dem Spitznamen des ersten Steigers der bayerischen Braunkohleindustrie, Anton Bauer. Die Berggeistwanderung überrascht mit stimmungsvoll inszenierten Szenen und macht die Geschichte der Region auf unterhaltsame Weise erlebbar.



Infos &
aktuelle
Termine



Die geheimnisvolle Unterwelt

Entdecken Sie die Erlebnisführungen im Felsenkeller in Schwandorf: Über 130 historische Felsenkeller, teils bis zu 500 Jahre alt, zeugen vom einst blühenden Braugewerbe. In einem verschlungenen Labyrinth aus rund 60 Räumen erfahren Besucher, wie Bier einst gelagert und gebraut wurde, lernen die berüchtigten „Kellerdiebe“ kennen und entdecken die Nutzung der Keller als Luftschutzbunker im Zweiten Weltkrieg. Führungen der Regensburger Stadtmaus ergänzen historische Einblicke mit humorvollen Szenen rund um die Geschichte der „Kellerdiebe“.



Infos &
Anmeldung



Alle
Stadtführungen
& Termine



Szenische Stadtführung in Nittenau

Welche Geschichte verbirgt sich hinter dem „abgebrannten“ Bettler? Und wie wird man die aufdringlichen Hexen wieder los? Antworten darauf gibt die szenische Stadtführung des Theater- und Festspielvereins Nittenau. Auf einem rund eineinhalbstündigen Rundgang entlang der ehemaligen Stadtbefestigung und vorbei an markanten Sehenswürdigkeiten lassen humorvolle Schauspielereien die über tausendjährige Geschichte und die Sagenwelt der Stadt im Regental lebendig werden. Den Abschluss bildet die Einkehr in einem Gasthaus, wo eigens kreierte „Bedlmo-Bratwürste“ und das berühmte Stockenfelser Geisterbier serviert werden.

Der Pilgerweg

Der Pilgerweg im Urlaubsort Bodenwörth lädt zu entspannenden Wanderungen ein. Auf 15 Stationen verbinden sich idyllische Ortschaften, Naturerlebnis und kulturelle Entdeckungen. Kleine Kapellen und Kirchen erzählen Geschichten aus Kultur und Glauben – für Entdecker jeden Alters. Ob zu Fuß, mit dem Fahrrad oder als Familien- oder Gruppenausflug: Jede Etappe lässt sich individuell erleben. Besonders empfehlenswert ist eine geführte Tour mit dem Bürgermeister, die ganzjährig auf Anfrage für (kleine) Gruppen möglich ist.

Schwandorfer Stadtführungen

Schwandorf lässt sich am schönsten zu Fuß entdecken: Mit fachkundigen Gästeführern geht es durch verwinkelte Gassen, über markante Plätze und zu den Wahrzeichen der Großen Kreisstadt. Spannend und abwechslungsreich sind die verschiedenen Themenführungen – von szenischen Rundgängen wie „Bier – das 5. Element“ oder „Tatort Schwandorf“ bis hin zu kulinarischen Touren mit regionalen Spezialitäten. Auch für die jüngsten Besucher gibt es eigene Angebote: Ob bei einer Führung im Felsenkeller-Labyrinth, durch die Stadt oder hinauf auf Schwandorfs Wahrzeichen, dem Blasturm. Die Kinderführungen sorgen mit spannenden Rätseln für Spaß.



„So ist das Oberpfälzer Seenland: Gmüütlich, mystisch, schee.“

Christina Fink ist eine echte Koryphäe in der Theaterszene des Landkreises Schwandorf. Neben ihrer Funktion als Kreisheimatpflegerin für Laienspiel führt sie seit einigen Jahren Regie für das Festspiel „Die Geisterwanderung zu Nittenau“.

Frau Fink, was erleben Gäste bei der Nittenauer Geisterwanderung?

Christina Fink: Die Nittenauer Geisterwanderung ist ein besonderes Spektakel, bei dem sich die Besucher die einzelnen Spielorte erwandern. Im sagenreichen Regental werden drei Burgen und ihre Legenden lebendig: der Henker von Hof, der Hexentanz von Stefling und die berüchtigte Bierpanscherszene zu Stockenfels. Auf einer rund sechs Kilometer langen Strecke wechseln sich Natur, Geschichte und Theater ab. Unterwegs darf auch das Kulinarische nicht fehlen. So entsteht ein Abend, der gleichermaßen Gänsehaut und Humor bietet.

Welche Rolle spielt Kultur im Tourismus des Oberpfälzer Seenlandes?

Christina Fink: Ich bin der Meinung, dass das kulturelle Angebot ein nicht zu unterschätzender Faktor ist. Wir haben im Landkreis Schwandorf eine sehr lebendige Theaterszene, mit unterschiedlichen Projekten. Im Sommer gibt es fast jedes Wochenende ein Freilichtspiel zu entdecken, dazu kommen kreative Stadtführungen, die von Gästen begeistert angenommen werden.

Haben Sie eine Lieblingsszene?

Christina Fink: Natürlich die Hexen. Wenn die Hexen auf Schloss Stefling um das Feuer tanzen, ist das immer wieder ein beindruckender Moment für mich.

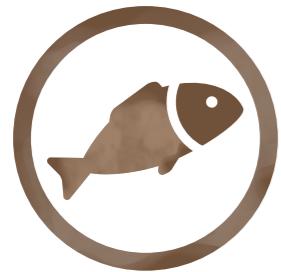
Beschreiben Sie das Oberpfälzer Seenland in drei Worten.

Christina Fink: Gmüütlich – mystisch – schee.

Christina Fink

Regisseurin der „Geisterwanderung zu Nittenau“





Genuss

SO SCHMECKT'S IM OBERPFÄLZER SEENLAND

Das Oberpfälzer Seenland ist das Herzstück des Karpfenlands Mittlere Oberpfalz – hier hat der Karpfen Tradition und gehört fest zur regionalen Küche. Doch Genuss bedeutet weit aus mehr: Wochenmärkte und Hofläden bieten regelmäßig frische Produkte der Direktvermarkter – nachhaltig und ohne lange Transportwege – traditionsreiche

Brauereien schenken ihr heimisches Bier aus und Restaurants servieren hier alles von deftiger Kost bis zur feinen Sterne-Küche. Regional, vielfältig und voller Geschmack.





Fischgenuss

Herzstück des Karpfenlands Mittlere Oberpfalz

Zwischen den größten Seen Ostbayerns und idyllischen Flüssen erstreckt sich eine Vielzahl malerischer Teiche. Das Charlottenhofer Weihergebiet – das Herz des Fischwirtschaftsgebiets „Karpfenland Mittlere Oberpfalz“ – beeindruckt besonders durch seine traditionelle Teichwirtschaft.

Schon gewusst? Das Charlottenhofer Weihergebiet bei Schwandorf kann hautnah erlebt werden: Führungen durch die Weihergebiete bieten spannende Einblicke in die Geschichte der Oberpfälzer Fischzucht und zeigen an-



Vom Teich auf den Teller –
jetzt Fischrestaurants entdecken.

Hofläden & Wochenmärkte

Frisch & nah – direkt vom Hof

Regionalität hat hier Tradition. In den Hofläden warten Köstlichkeiten, die direkt vom Feld, aus dem Stall oder aus der Backstube in die Auslage wandern – frisch, saisonal und voller Geschmack. Vom Oberpfälzer Karpfen über knackigen Spargel bis hin zu süßen Beeren und handgemachter Schokolade: Die Vielfalt unserer Bauern und Produzenten zeigt, wie die Oberpfalz schmeckt: genussvoll und traditionell. Wer hier einkauft, nimmt nicht nur Qualität mit nach Hause, sondern auch ein Stück Erinnerung.



**Alle Hofläden
entdecken**



Marktzeit ist Genusszeit

Ob knackiges Gemüse frisch vom Feld, aromatische Käsespezialitäten oder bunte Blumensträuße – die Wochenmärkte im Oberpfälzer Seenland sind ein Schaufenster regionaler Vielfalt. Hier trifft man auf hochwertige Produkte und die Menschen, die mit Leidenschaft dahinterstehen.

Unser Tipp: Zwischen Marktständen ins Gespräch kommen, Neues probieren und die besondere Atmosphäre genießen.



**Alle Wochenmärkte
im Überblick**



Restaurants

Genießen Sie unsere regionalen Spezialitäten

Erleben Sie im Oberpfälzer Seenland eine einzigartige Mischung aus moderner Gastronomie und traditioneller Wirtshauskultur. Von internationalen Spezialitäten bis hin zu regionalen Schmankerln bietet die Region Genussvielfalt auf höchstem Niveau. Im Frühjahr lockt frischer Spargel in allen Variationen, während die Karpfensaison im Herbst mit fangfrischen Spezialitäten begeistert – perfekt ergänzt durch ein kühles Bier aus einer der lokalen Brauereien.



Alle Genuss-
Hotspots entdecken



Biertradition und Braukultur

Vom klassischen Zoigl bis zu besonderen Bieren

Hochwertige regionale Zutaten und jahrhundertealte Braukunst verschmelzen zu Bieren, die echte bayerische Handwerkskunst widerspiegeln. Das Ergebnis sind vielfältige Bierspezialitäten – vom klassischen Hellen und Weißbier bis hin zu Zoigl, dunklem Lager und saisonalen Bieren.

Besonders spannend: Wer die Brauereien besucht, kann oft hautnah miterleben, wie Bier entsteht – vom Malz über die Gärung bis hin zum fertigen Bier im Glas. Die Brauereien verbinden Tradition mit Innovation und schaffen Erlebnisse für Kenner und Neugierige gleichermaßen.



Durstig auf mehr?
Hier geht's zu unseren
Brauereien

Schon gewusst? Die Neunburger Altstadtbräu ist die älteste Brauerei im Oberpfälzer Seenland, erstmals erwähnt 1354. Während zunächst andere Biersorten im städtischen Kommunbrauhaus gebraut wurden, wurde Georg Stöger 1597 als erster Weißbierbrauer in Neunburg genannt.



„Frische ist mit nichts zu ersetzen.“

Ob als Direktvermarkter im Hofladen, mit einer Gästegruppe auf den Beerenfeldern oder im eigenen Sommercafé – Rita und Peter Mulzers Herzen schlagen für den nachhaltigen Anbau und den regionalen Genuss.

Wie wichtig ist regionaler Genuss für den Tourismus und für die Menschen hier?

Fam. Mulzer: Frische ist durch nichts zu ersetzen. Wer unsere Heidelbeeren und Himbeeren probiert, schmeckt Heimat – echt und unverfälscht. Immer mehr Menschen legen Wert auf gesunde, regionale Produkte und genießen es, direkt zu sehen, woher ihre Lebensmittel kommen. Besonders schön ist es, wenn Besucher bewusst den Weg zu uns auf den Hof nehmen und nicht einfach im Supermarkt einkaufen. Das zeigt Wertschätzung – für das Produkt und für uns als Erzeuger.

Gibt es ein Erlebnis mit Gästen, das Ihnen besonders in Erinnerung geblieben ist?

Fam. Mulzer: Es sind die vielen positiven Rückmeldungen, die uns berühren. Seit 20 Jahren bauen wir Heidel- und Himbeeren an, seit zwölf Jahren führen wir Gruppen über die Felder. Dabei hat sich unser Motto „beerig, blau, besonders“ gebildet. Ob Stammkunden aus der Region, Gäste aus ganz Deutschland oder Besucher aus der Schweiz und Finnland – jeder trägt ein Stück Mulzerhof mit nach Hause. Wir sind ein Familienbetrieb mit langer Tradition, und es erfüllt uns mit Stolz, dass schon die nächste Generation bereitsteht.

Was ist Ihre Spezialität im Sommercafé?

Fam. Mulzer: Unsere Beeren sind wahre Kraftpakete: reich an Antioxidantien, ent-



Familie Mulzer

Beerenhof mit Sommercafé

zündungshemmend, gut für Verdauung und Augen. Unsere berühmten Heidelbeer-Ferdinandeln sind eine echte Spezialität, auf die unsere Gäste sehnsüchtig warten. Es gibt sie während der Saison täglich frisch im Sommercafé.

Beschreiben Sie das Oberpfälzer Seenland in drei Worten.

Fam. Mulzer: Erholung. Vielfalt. Natürlichkeit.

Unsere Gastgeber

Campingplätze



See-Camping Weichselbrunn
Ludwigsheide 50
92439 Bodenwöhr
Tel. 09434 90070
www.campingweichselbrunn.de



Campingplatz Ludwigsheide
Ludwigsheide 5
92439 Bodenwöhr
Tel. 0160 1098376



Hammersee Camping
Bahnhofstraße 5
92439 Bodenwöhr
Tel. 09434 2005839
www.camping-blechhammer.de



Feriendorf Seeblick
Gütenland 28
92431 Neunburg vorm Wald
Tel. 09672 8131966
www.feriendorf-seeblick.de



Campingplatz Nittenau
Lärchenweg 13
93149 Nittenau
Tel. 0172 7860729
www.nittenau.de



Campingpark Murner See
Sonnenrieder Str. 1
92442 Wackersdorf
Tel. 09431 385797
www.see-camping.de

Zellwiesen

Sandoase Sulzbach
Am Sand 17
92436 Bruck in der Oberpfalz
Tel. 09434 2020884
www.bruck.eu

Forsterweiher
Nabburger Str. 50
92521 Schwarzenfeld
Tel. 09435 309222
www.schwarzenfeld.de/forsterweiher

Campingpark Murner See
Sonnenrieder Str. 1
92442 Wackersdorf
Tel. 09431 385797
www.see-camping.de

Camping Haus Seeblick
Gütenland 16
92431 Neunburg vorm Wald
Tel. 09672 612
www.camping-haus-seeblick.de

Freizeitpark Movin'Ground
Am Steinberger See
92449 Steinberg am See
Tel. 09431 759242
www.movinground-freizeitpark.de

Wohnmobilstellplätze



Gasthof zum Troidlwirt
Bodenwöhrer Str. 6
92439 Bodenwöhr
Tel. 09434 1234
www.troidlwirt.de



Festplatz an der Naab
Angerring 35
92421 Schwandorf
Tel. 09431 45550
www.schwandorf.de



Spaß- & Erlebnisbad
Scherrstr. 2
92431 Neunburg vorm Wald
Tel. 09672 9208960
www.neunburgvormwald.de



Freizeitpark Movin'Ground
Am Steinberger See
92449 Steinberg am See
Tel. 09431 759242
www.movinground-freizeitpark.de



Wohnmobilstellplatz Irrenlohe
Forstweg 5
92521 Schwarzenfeld
Tel. 09435 501272

**Sie übernachten lieber
in Hotels, Gasthöfen
oder Ferienwohnungen?**

Hier geht's zu unseren
Gastgebern



Gemeinsam unterwegs

Das Oberpfälzer Seenland lässt sich am besten in guter Gesellschaft entdecken. Ob eine Bustour oder sogar mit dem Rad – unsere Gästeführer öffnen Türen zu besonderen Orten, spannenden Geschichten und lokalen Geheimtipps. Jede Tour wird individuell auf die Gruppe zugeschnitten und macht jeden Ausflug einzigartig.



Bustouren

Die begleiteten Bustouren führen Gruppen zu den Sehenswürdigkeiten des Oberpfälzer Seenlands. Unter dem Motto „Von der Bergbau- zur Tourismusregion“ vermitteln unsere zertifizierten Gästeführer spannende Einblicke in die Geschichte, Natur und Freizeitmöglichkeiten der Region. Geeignet sind die Touren für Vereine, Betriebe, Jugendgruppen oder Reiseveranstalter.

Radtouren

Sie möchten das Oberpfälzer Seenland auf zwei Rädern erleben? Unsere geschulten ADFC-Radguides stellen jede Route individuell zusammen, zeigen dabei Panoramaausblicke und gewähren Einblicke in Natur und Geschichte. Ob Tagesausflug, mehrtägige Tour, kleine Gruppe oder sogar ein Ausflug zu zweit – Bewegung, Spaß und Gemeinschaft machen jede Fahrt zu einem besonderen Erlebnis.



Lernen Sie unsere
Gästeführer kennen

Anreise

Ob mit dem Auto oder entspannt per Bahn: Das Oberpfälzer Seenland ist leicht zu erreichen. Die A93 führt direkt ins Herz der Region, Bahnreisende erreichen Schwandorf stündlich aus Nürnberg oder Regensburg. Weitere Bahnhöfe in Schwarzenfeld und Bodenwöhr machen die Urlaubsorte schnell und bequem erreichbar.



MoBY App

Die kostenlose MoBY-App zeigt Echtzeitverbindungen von Bus und Bahn, plant Tür-zu-Tür-Routen, informiert über Abfahrten, Verspätungen und Ausfälle und erleichtert so Ihre Anreise.

www.bahnland-bayern.de/de/moby

BAXI

Kein Auto dabei? Kein Problem! Das BAXI bringt Besucher bequem von A nach B – zum Beispiel vom Bahnhof Schwandorf direkt an den See. Der Rufbus fährt auf Bestellung im ganzen Landkreis und kostet nicht mehr als eine Busfahrt. www.baxi-schwandorf.de

Impressum

Herausgeber: Zweckverband Oberpfälzer Seenland, In der Oder 7a, 92449 Steinberg am See, Tel. 09431 759340, info@oberfaelzer-seenland.de, www.oberfaelzer-seenland.de

Layoutkonzept, Grafische Gestaltung, Satz, Bildbearbeitung: makrohaus Agentur GmbH & Co. KG, Weißstraße 3 a, 83435 Bad Reichenhall www.makrohaus.de

Titelbild: Kanufahren am Regen ©Thomas Kujat

Rücktitel: Der Murano Beachclub am Murner See ©Thomas Kujat

Fotos: Thomas Kujat, Tourismuszentrum Oberpfälzer Wald, Marco Linke – Manntau GbR, 24p film, Mario Bernhardt, Bürgerinitiative Schwandorf, Braunkohle- und Heimatmuseum Steinberg am See, snapshot film, Nathalie Rebholz, Johannes Lohrer, Constanze Vogl, Samsara living and art GmbH, Kuprat – Theater- & Festspielverein Nittenau, VG Wackersdorf – Steinberg, Kultur- & Festspielverein Bruck, pixabay.com, Stadt Schwandorf, Marcus Rebmann, Michaela Mair, Mulzer Hof, Martin Kellermeier, Simon Bucher, Stefan Gruber.

Druck: Erhardi Druck GmbH, 93055 Regensburg

Auflage: 18.000 St.

Stand: November 2025

Die Angaben wurden sorgfältig erhoben und bearbeitet. Änderungen und Irrtum vorbehalten. Dieser Prospekt dient lediglich der Absatzförderung und Ihrer Information. Aus unzutreffenden Angaben oder nichterfüllten Leistungsuzügen des jeweiligen Leistungsträgers kann keine Schadenersatzpflicht gegenüber dem Zweckverband Oberpfälzer Seenland geltend gemacht werden.



Zweckverband Oberpfälzer Seenland

In der Oder 7 a · 92449 Steinberg am See

Tel. 09431 759342 · info@oberfaelzer-seenland.de

www.oberfaelzer-seenland.de

