

Altdorfer Wanderweg Nr. 5: "Heiligenholz" Rundwanderweg

Länge: 7,5 km

Gehzeit: 2,5 Stunden

Charakteristik: Aussichtsreiche Wanderung ins Schwarzach- und Pfaffental.

Abkürzung über Ortsteil Lenzenberg möglich, hier jedoch Treppen zunächst abwärts und später steile Treppe aufwärts

Einkehrmöglichkeit: Gaststätten in Rasch

Wegverlauf: Unteres Tor – Rascher Straße – Grasiger Weg – Autobahnunterführung.

Hier bei den Wegweisern entweder Abkürzung über Lenzenberg oder Weiterweg nach Rasch – links der Schwarzach bis Prethalmühle – Teufelshöhle – Pfaffental – Altdorf

Markierungszeichen: 5 - von der Holzbrücke Rasch bis zur Holzbrücke bei der Prethalmühle



Hinweise für Rollstuhlfahrer und Kinderwagenfahrer:

Die Befahrung des Teilstückes im Bereich des Waldgebietes „Roter Baum“ ist mit dem Rollstuhl nicht möglich. Empfehlung: 500 m nach der Autobahnunterführung nicht – wie im Wanderführer beschrieben – nach rechts in das Waldgebiet „Roter Baum“, sondern auf der Schotterstraße weiter in das Neubaugebiet von Rasch – auf der Hauptstraße weiter in den Ort (ca. 3,0 km). Von Rasch kann auf einer geschotterten Waldstraße bis zur Schwarzachbrücke in Prackenfels gefahren werden (ca. 2,5 km).

Charakteristik: mittlere Schwierigkeit, leichtes Auf und Ab auf einer Schotterstraße

Wegbeschreibung:

Vom Unteren Tor aus gehen wir die Neumarkter Straße stadtauswärts, sehen links die Magdalenenkirche am Friedhof und biegen beim Backhaus in die Rascher Straße ein. Nach der Holzhandlung folgen wir dem Wegweiser „Lenzenberg“ bzw. „Rasch“ und befinden uns nun auf dem sogenannten Grasigen

Weg. Nachdem wir die letzten Häuser von Altdorf verlassen haben, sehen wir rechts die Skate-Anlage und das Sportheim des FC Altdorf; die Autobahn Nürnberg-Regensburg ist nahe und nach der Unterführung links in der Kurve steht ein Wegweiser.

Wir müssen uns nun entscheiden, ob wir den kürzeren Weg über Lenzenberg oder den längeren über Rasch nehmen wollen. Kurze Beschreibung des Weges über Lenzenberg: Im Ortsteil Lenzenberg führt der Weg über eine angelegte Treppe steil abwärts. Wir gehen scharf rechts entlang der Einzäunung neben einer großen Weidewiese und müssen nun steil hinauf zum Auerskeller über eine angelegte Holzterasse. Dort weiter geradeaus, bis wir kurz vor der Prethalmühle auf unseren „größeren“ Wanderweg 5 stoßen.

Weg nach Rasch:

Wir folgen nun dem Weg nach Rasch, also dem weiteren Weg. Er ist etwas länger, dafür aber umso aussichtsreicher und nicht beschwerlich. Ein Stück des Weges müssen wir nun parallel zur Autobahn gehen, das soll uns aber nicht verdrießen, einen Blick über die Autobahn zu werfen. Da sehen wir zunächst das schöne Stadtbild von Altdorf, die Ernhofer Höhe mit dem darunter liegenden Hegnenberg. Wenn wir etwas weiter gegangen sind, verschwindet die Autobahn allmählich in einer Senke und wir sehen in der Ferne den Dillberg mit seinen Sendemasten, links oben Stöckelsberg, rechts davon mehr im Vordergrund Gnadenberg mit seiner Klosterruine und den dunkel bewaldeten Rascher Berg.

Wir wenden uns nun scharf nach rechts, dem Wäldchen zu, das sich nach einem Rotdorn „Am Roten Baum“ nennt. Es dauert nicht lange und es bietet sich beim Verlassen des kurzen Wäldchens ein herrlicher Ausblick. Vor uns liegen Rasch und das wunderschöne Schwarzachtal. Rasch hat eine uralte Kirche, der Kirchturm ist wuchtig und mit Fachwerk verziert. Neben der Kirche erkennen wir ein herrliches Fachwerkhaus, das Pfarrhaus. Sind wir nun unten im Schwarzachtal angekommen, müssen wir über die Flur auf einem schmalen Weg zur Schwarzach hin, die wir sodann auf der sogenannten Rascher Holzbrücke überschreiten. Nach der Holzbrücke führt unser Weg rechts weiter, geradeaus aber kommen wir etwas bergan direkt auf die Kirche zu. Ehe wir unseren Weg fortsetzen, wollen wir der ehemaligen Mutterkirche von Altdorf, Leinburg, Feucht, Kornburg und Mögeldorf einen Besuch abstatten.

Wenn wir nun unsere Wanderung am linken Ufer der Schwarzach fortsetzen, so gehen wir mit der Markierung 5 und Grünpunkt und dem „MD“ des Main-Donau-Weges. Der Weg ist schattig, führt immer am Waldrand entlang und wir haben allenthalben einen schönen Ausblick zum Lenzenberg rechts über der Schwarzach auf einer Anhöhe. Ein Seitental nach links führt zum „Teufelsgraben“, eine wildromantische Klamm, die sich den Berg hinauf zieht und in einer Grotte mündet. In früheren Jahren vermutete man hier Steinkohle. Dieser Abstecher zum Teufelsgraben ist aber nicht sehr lohnend, und deshalb setzen wir unseren Weg entlang der Schwarzach fort. Wir sind jetzt gleich an der Holzbrücke bei der Prethalmühle und das darüber liegende Prackenfels. Ehe wir nach der Brücke auf dem befestigten Sträßchen rechts, schwarzachaufwärts weiterwandern, sehen wir links ein auffallendes Gebäude mit Fachwerk, den früheren „Lochmannshof“ 2.

An der Holzbrücke setzen wir unseren Wanderweg fort. Er führt uns vorbei an der Prethalmühle, über deren Eingang die Jahreszahl 1643 eingemeißelt ist, und gleich nach dem Haus links bergauf in einen Hohlweg. Allmählich setzt sich dieser Weg auf halber Höhe in einer Schlucht fort, in der unten ein Bächlein fließt. Am Wegrand können wir den Aronstab und viele andere seltene Blumen finden, wenn wir nur die Augen ein wenig aufmachen. Nun wird der Weg etwas flacher und bald lichten sich die Äste der Bäume, wir kommen aus dem Wald hinaus auf eine Wiese und ein Wegweiser zeigt nach links zur Teufelshöhle. Eine Treppe aus Metall führt steil hinunter zum Eingang dieser Hallenhöhle. Die vordere große Felsenhalle ist von West nach Ost 56 m lang und von Süd nach Nord 52 m breit. Die Höhe beträgt 4,5 m. An manchen Stellen der Höhle zeigen sich kleine Tropfsteingebilde.

Ist es Sage oder Wahrheit? In dem historischen Roman „Der goldene Becher“ spielt die Teufelshöhle eine Rolle. Danach hat sie in grauer Vorzeit dem Raubritter Kuno von Grünsberg und dem im Bunde mit ihm stehenden Prethalmüller zur Bergung ihrer geraubten Schätze gedient, bis die Nürnberger es bemerkten und Gericht hielten. Der Prethalmüller aber soll kein anderer als ein verstoßener und einen falschen Namen führender Imhof aus Nürnberg gewesen sein.

Nach dem Aufstieg aus der Tiefe der Teufelshöhle setzen wir nach links unseren Weg durch das Pfaffental fort und nach einer Wegbiegung nach rechts taucht auf einmal die Pfaffentalbrücke der Autobahn Nürnberg-Regensburg vor uns auf. Wenn wir unter ihr hindurchgehen, kommt von links von der jenseitigen Seite des Pfaffentales der Rundwanderweg 3 zu uns und wir haben, nachdem wir die kleine Höhe zurückgelegt haben, Altdorf vor uns.

Wenn wir an einigen Ruhebänken rechts des Weges vorbeikommen, wollen wir noch einen Blick zurückwerfen ins Pfaffental. Durch das Neubaugebiet immer geradeaus, sind wir sogleich am Roßweiher – hier herrlicher Blick zur Stadt – und am Oberen Tor in der Nürnberger Straße. Von hier aus über den Marktplatz zum Ausgangspunkt Unteres Tor oder zum Bahnhof durch die Röderstraße.