



# pico

Ihr agilis-Fahrgastmagazin



**GRATIS ZUM  
MITNEHMEN!**

## **HÖCHSTÄDT**

Das agilis-Städteportrait

---

## **PERMAKULTUR**

Anbau im Einklang mit der Natur

---

## **WEGE NACH INNEN**

Pilgerwege in der Region

## Liebe Leserinnen und Leser,

spüren Sie es auch schon, wie die Lebensgeister in und um uns wieder zum Leben erwachen? Wie die Natur aus ihrer ganzen Fülle und Farbenpracht ihre alljährliche Wiedergeburt feiert und der eigene Glückshormonspiegel mit den Temperaturen um die Wette nach oben klettert? Das Wunder, das hier geschieht und das wir Frühling nennen, ist nicht nur ein immer wieder überwältigendes Schauspiel, sondern auch eine Einladung an uns, ins Freie zu gehen, die Sonne, die Natur, kurz: das Leben zu genießen! Und mit der selben Zuverlässigkeit wie der Frühling kommt natürlich auch unser Frühlingsheft, das Sie gerade in Händen halten und in dem Sie wie gewohnt, neben vieler anderer spannender Themen, auch wieder jede Menge Tipps finden, wie Sie sich diese Zeit so schön wie möglich gestalten können.

Da wäre zum Beispiel unser aktueller Städtetipp auf den Seiten 8/9, der Sie dieses Mal in die bildhübsche Donaustadt Höchstädt entführt. Nicht nur seine exklusive Lage an den Ufern dieses mächtigen Stroms, auch sein kultureller und architektonischer Reichtum – allem voran das prachtvolle Schloss – machen das sympathische Städtchen zu einer echten Perle.

Auf den Seiten 12/13 machen wir uns auf eine Reise nach innen: Dort geht es um Pilgerwege und darum, weshalb es nicht nur für Strenggläubige eine gute Idee ist, sich einmal auf einen solchen zu begeben.

Die Grüne Seite macht sich, passend zur Jahreszeit, über nachhaltigen Anbau Gedanken und stellt die Frage: Was ist eigentlich Permakultur? Mehr zu dieser ebenso faszinierenden wie genialen Methode finden Sie auf Seite 22.

Gute Fahrt und viel Spaß beim Lesen!  
Ihr PICO-Team

## agilis informiert

### 04

#### agilis informiert

Informationen zum Deutschlandticket  
Spendenwettbewerb "agilis kommt an!"  
Kommen Sie zu uns – Jobs bei agilis



### 14

#### Unsere Streckennetze

Alle Strecken im Überblick

### 15

#### Eventkalender

Übersicht von April bis Juni

# Inhalt

## Unterwegs mit agilis

**06**

### Freizeittipps

Vier ausgewählte Ausflugsempfehlungen in unseren Streckennetzen: Das Erika-Fuchs-Haus in Schwarzenbach, der Ökologisch-Botanische Garten in Bayreuth, das NAWAREUM in Straubing und der Tiergarten in Ulm

**08**

### Quartalstipp

Die Donaustadt Höchstädt



**12**

### Reise nach Innen

Pilgerwege in der Region

**16**

### Tipps für Wanderungen



## Unterhaltung

**10**

### Gruß aus der Küche

Spinat-Cannelloni



**11**

### Insiderwissen

Legende aus dem Raum Höchstädt

**17**

### Das agilis-Kreuzworträtsel

**18**

### Fahrtzeitverkürzer

Spiel und Spaß für Erwachsene

**20**

### Kinderseite

**22**

### Die Grüne Seite

Nachhaltiger Anbau: Permakultur

# DAS DEUTSCHLANDTICKET

Alle wissenswerten Informationen zum neuen Ticket

Die Einführung des Deutschlandticket erfolgt am 1. Mai, Vertriebsstart ist der 3. April.

Der Preis beträgt 49,- Euro pro Monat im Abonnement.

Das Abonnement ist monatlich kündbar.

Das Ticket besitzt bundesweite Gültigkeit im Nahverkehr. (SPNV / ÖPNV)

Es gilt nicht im Fernverkehr wie ICE, IC, EC sowie nicht im Flixtrain oder Flixbus. Ebenfalls nicht in Verkehrsmitteln, die überwiegend zu touristischen oder historischen Zwecken betrieben werden.

Das Deutschlandticket ist nicht übertragbar und beinhaltet keine unentgeltliche Mitnahmeregelung von Erwachsenen und Kindern ab 6 Jahren (Kinder unter 6 Jahren fahren kostenlos mit).

Es wird ausschließlich in der 2. Klasse angeboten. Ein Übergang in die 1. Klasse ist nach den tariflichen Regelungen der Tariforganisationen möglich (einheitliches 1. Klasse-Aufpreis-Modell zum 1.1.2024).

Die Mitnahme von Fahrrädern und Hunden ist nach den Regelungen im jeweiligen Tarifgebiet möglich. Es gibt keine einheitliche Regelung für beide. Die Kombination mit Hunde- oder Fahrradkarte ist möglich.

Das Abo beginnt auch bei Erstellung während des Kalendermonats am ersten Tag des aktuellen Monats und wird mit 49 Euro für den gesamten Kalendermonat berechnet.

Das Ticket soll grundsätzlich digital (i.d.R. Chipkarte, Handyticket mit Barcode) ausgegeben werden. Es steht aktuell ein Übergangszeitraum für Tickets in Papierform (mit QR-Code) bis Ende 2023 im Raum.



## D-TICKET

Auf [www.agilis.de](http://www.agilis.de) informieren wir sie, ab wann und wie Sie das Ticket auch bei uns erwerben können.



# AGILIS KOMMT AN

## Unser Ehrenamt-Spendenwettbewerb

Es ist mal wieder soweit: agilis kommt an! Und damit meinen wir in diesem Fall nicht unsere Züge, sondern unseren Spendenwettbewerb, mit dem wir auch dieses Jahr wieder unsere Wertschätzung für die unzähligen ehrenamtlich Tätigen in der Region zum Ausdruck bringen möchten. Dass sich nach wie vor sehr viele Menschen für ein Ehrenamt entscheiden, zeigt die große Zahl an Einsendungen, die alljährlich bei uns eingehen. Das freut uns – und natürlich auch, dass unser Wettbewerb tatsächlich so gut bei Ihnen ankommt.

Gutes tun tut gut – dass ein Ehrenamt nicht nur andere, sondern auch einen selbst glücklich macht, ist eine großartige Erfahrung. Kein Wunder, dass sich Menschen so zahlreich ehrenamtlich engagieren. Doch obwohl die Motivation dahinter natürlich keine finanzielle ist, fallen auch hier Kosten an, die das Engagement erst ermöglichen. Darum wollen wir diesen Einsatz fördern, indem wir gemeinnützige regionale Projekte unterstützen. Auch dieses Jahr können sich Ehrenamtler, Vereine, Organisationen oder Initiativen in unseren Streckennetzen bewerben. Den drei Gewinnern winken: 1.000 € für den ersten, 750 € für den zweiten und 500 € für den dritten Platz. Sie engagieren sich in den Bereichen

Sport, Kultur, Jugendförderung, Bildung oder Integration? Dann einfach bis zum **31. Juli** mit Ihren Kontaktdaten und der Beschreibung des Projekts, für das Sie den Gewinn nutzen möchten, bewerben:

**Web:** [www.agilis.de/spendenwettbewerb](http://www.agilis.de/spendenwettbewerb)

**Mail:** [kommt-an@agilis.de](mailto:kommt-an@agilis.de)

**Post:** agilis Eisenbahngesellschaft mbH & Co. KG  
Stichwort „agilis kommt an“  
Galgenbergstraße 2a / 93053 Regensburg

Teilnahmebedingungen unter [www.agilis.de/spendenwettbewerb](http://www.agilis.de/spendenwettbewerb)



# KOMMEN SIE ZU UNS!

## Das agilis-Team sucht nach neuen, netten Kollegen

Sie machen sich Gedanken über ihre berufliche Zukunft? Nun, dann lesen Sie eventuell gerade genau den richtigen Artikel. Wir würden uns nämlich über engagierten Zuwachs freuen. Klingt interessant? Dann schauen Sie doch mal bei unserem digitalen Bewerberchat (immer mittwochs; [www.karriere.agilis.de/bewerberchat](http://www.karriere.agilis.de/bewerberchat)) vorbei. Und wer weiß, vielleicht können wir Sie ja bald in unserem Team begrüßen.

Auch Quereinsteiger sind bei uns herzlich willkommen. Einer davon ist Achim Wittmair, mit 58 Jahren zu uns gestoßen, der seine Erfahrung wie folgt beschreibt: „Ich hatte vor zweieinhalb Jahren einen Motorradunfall. Mein damaliger Job als Betriebsleiter hat mich nicht erfüllt, sodass ich überlegt hatte, Busfahrer zu werden. Während meiner Reha meinte jedoch ein Arzt zu mir, dass Busfahren mit meiner Verletzung am Sprunggelenk vermutlich nicht funktionieren wird, jedoch Lokführer geeignet wäre. Somit startete ich die Ausbildung und wechselte dann direkt aufgrund einer sehr guten Empfehlung zu agilis. Ich bereue diese Entscheidung keine Sekunde, denn hier wird man als Mensch wertgeschätzt!“ Frank Wallner, ebenfalls Quereinsteiger, kann auch eine wechselvolle Geschichte samt Happy End erzählen: „Vorab möchte ich erwähnen das ich zu dieser Herausforderung wie die Jungfrau zum Kinde kam. Mit 15 Jahren habe ich meine Ausbildung als Bäcker begonnen und erfolgreich abgeschlossen, durch eine Mehlstauballergie durfte ich diesen Beruf später nicht mehr ausführen. Also habe ich einen



Neustart gewagt und eine Ausbildung als Bürokaufmann absolviert. Leider war in meiner alten Heimat Oberfranken die Jobsituation nicht gut. Das hieß für mich: Flucht nach vorne und erneuter Start in Schwaben, hier als Lagerarbeiter, dann der Wechsel in die Logistikbranche. Zuletzt fehlte es jedoch an der Herausforderung, die Arbeit füllte mich nicht wirklich aus. Eine erneute Weichenstellung in meinem Werdegang: Ich übernahm die Stelle als Filialleiter in einem E-Zigarettenfachgeschäft. Politische Entscheidungen sorgten jedoch für trübe Zukunftsaussichten. JETZT kommt agilis ins Spiel: Ein Werbeplakat warb mit einem beruflichen Spurwechsel. Und hier beginnt ein neues Kapitel. Was meine Entscheidung beeinflusst hat? Sicherheit des Jobs, tägliche Herausforderung, flexible Arbeitszeit nette Arbeitskollegen (war gestern mit Kollegen Motorradfahren), uvm.“ Sie sehen, wir sind interessiert an interessanten Menschen, und auch für einen Wechsel zu uns ist es nie zu spät. Daher: Wir würden uns freuen, von Ihnen zu hören! Infos unter: [www.agilis.de/bewerbersprechstunde](http://www.agilis.de/bewerbersprechstunde)

# FREIZEITTIPPS NORD



## Erika-Fuchs-Haus

Zack! Bumm! Peng!

Unzählige Herzen hat er gewonnen, der leicht cholerische und doch so liebenswerte, im unten-ohne-Matrosenanzug von einem ins nächste Fettnäpfchen watschelnde notorische Pechvogel. Nein, seine Beliebtheit verdankt Donald Duck wahrlich nicht großem Heldentum. Seit fast 90 Jahren schlägt er sich mit den gleichen Problemen herum, lässt sich vom geizigen Onkel ausnutzen, der launischen Freundin runterputzen oder den naseweisen Neffen auf dem Schnabel herumtanzen. Doch das macht ihn eben auch so sympathisch – diese Ente kann man verstehen. Hierzulande verdankt der "gebürtige" Amerikaner dies übrigens zu großen Teilen seiner langjährigen Dolmetscherin Erika Fuchs, die ihn mit genialem Sprachwitz in unsere Sprache übersetzte und diese damit nachhaltig prägte. Sogar eine neue Konjunktion erfand sie: den "Erikativ", von dem nach Donald bald auch ganz Deutschland ausgiebig Gebrauch machte. "Ächz", "Seufz", oder "Jubel!" sind prominente Beispiele für das grammatikalische Novum. Entenhausen legte Frau Fuchs übrigens konsequent in ihre Hei-

mat, das Fichtelgebirge. So machen die Ducks gerne Urlaub am Fichtelsee, in viele Geschichten haben sich auch Geschäfte und Straßen ihres Heimatorts Schwarzenbach eingeschlichen. Dort steht heute auch das ihr gewidmete Museum, in dem man ganz in ihre Welt eintauchen kann. Haben Sie Dagobert schon immer um sein Talerbad im Geldspeicher beneidet? Oder wollten Sie lieber Daniel Düsentrieb in seiner Erfinderverkstatt über die Schulter schauen? Hier können diese Kindheitsträume wahr werden! Ein fantastischer Ort, der spielerisch und unterhaltsam das Werk einer brillanten Sprachkünstlerin würdigt.



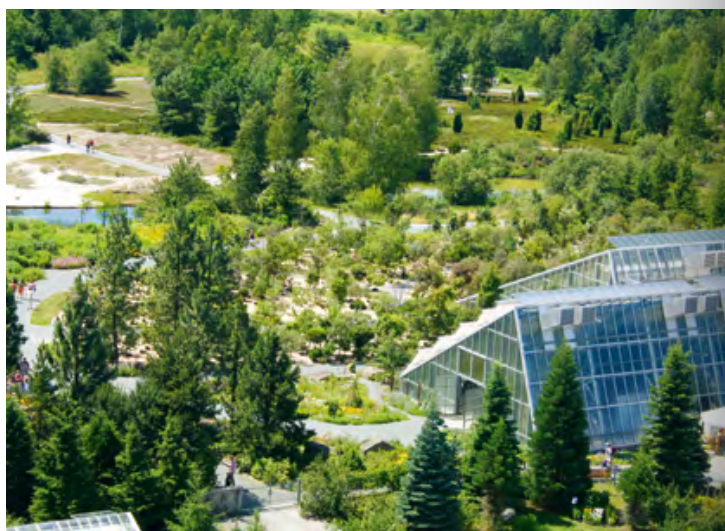
Mit agilis (RB24) stündlich von Richtung Lichtenfels, Bayreuth und Bad Steben nach Schwarzenbach a. d. Saale. Das Erika-Fuchs-Haus erreichen Sie in ca. 3 Gehminuten. Das passende Ticket für Ihre Fahrt finden Sie unter [www.agilis-tickets.de](http://www.agilis-tickets.de).

Erika-Fuchs-Haus / Museum für Comic und Sprachkunst  
Bahnhofstraße 12, 95126 Schwarzenbach a. d. Saale  
[info@erika-fuchs.de](mailto:info@erika-fuchs.de)  
Tel: 09284 / 94 98 120

## Ökologisch-Botanischer Garten

In ein paar Stunden um die Welt

Wir sind uns sicher, bei einer Umfrage, was die Leute im Leben gerne alles mal machen würden, wäre ein Wunsch wohl mindestens in den Top Ten zu finden: eine Weltreise! Wen reizt es nicht, einmal seine kindliche Neugier zu stillen und all die Wunder dieser Erde mit eigenen Augen bestaunen zu können. Und genauso sicher sind wir, dass alle, die diesen Wunsch hegen, auf die Frage, wann es ihrer Meinung nach losgehen darf, spontan mit einem "jetzt sofort" antworten würden. Sollten Sie sich da nun selbst wiederfinden, sich jedoch aus zeitlichen, finanziellen oder sonstigen Gründen noch nicht in der Lage sehen, noch heute das Ticket zu buchen, haben wir einen Tipp für Sie. Zumindest eine kleine Weltreise ist jetzt bereits möglich – ohne großen Aufwand und sogar völlig kostenlos. Wie das, fragen Sie? Nun, schauen Sie mal im Botanischen Garten der Uni Bayreuth vorbei, und Sie werden verstehen, was wir meinen. Dieser einzigartige Garten entführt Sie in nur wenigen Stunden auf eine botanische Reise um die ganze Welt: Vom tropischen Regenwald bis zu den borealen Nadelwäldern, durch eine einzigartige Sammlung mediterraner Pflanzen, durch Heide-, Moor- und Steppengebiete. Rund 10.000 Pflanzenarten gedeihen hier in naturnah gestalteten Lebensräumen auf dem ausgedehnten Freigelände und in riesigen Schau-Gewächshäusern. Allein der Nutzpflanzengarten mit seinen über 800 Arten und Sorten von Heil- und Kulturpflanzen samt vieler spannender Infos dazu ist einen eigenen Besuch wert. Doch nicht nur uns Menschen lockt dieses Paradies, auch eine große Vielfalt heimischer Tierarten hat es sich hier gemütlich gemacht. Und für Mensch und Tier gilt gleichermaßen: Jeder ist willkommen und der Eintritt ist frei!



Mit agilis (RB34/RB 24) stündlich aus Richtung Weiden oder Lichtenfels nach Bayreuth. Ab dem Hauptbahnhof mit der Buslinie 316 oder ab dem ZOH mit den Linien 306 und 304 zum Halt „Universitätsverwaltung“. Das passende Ticket finden Sie unter [www.agilis-tickets.de](http://www.agilis-tickets.de).

Ökologisch-Botanischer Garten Universität Bayreuth  
Universitätsstraße 30, 95447 Bayreuth  
[www.obg.uni-bayreuth.de](http://www.obg.uni-bayreuth.de)  
[www.facebook.com/obgBayreuth](https://www.facebook.com/obgBayreuth)



# FREIZEITTIPPS MITTE



## NWAREUM Straubing

Nachhaltigkeit zum Anfassen



Nachhaltigkeit – ein Begriff, der immer präsenter durch unser kollektives Bewusstsein geistert. Für viele ist er aber noch etwas abstrakt, vor allem aber hat sich noch nicht wirklich herumgesprochen, dass Nachhaltigkeit etwas ist, das auch ungemein Spaß machen kann. In Straubing hat man das nicht nur erkannt, man hat auch gehandelt. Das Ergebnis: das NWAREUM, das sich wohl am besten als eine große Spielwiese der Nachhaltigkeit beschreiben lässt. Das Alter der Besucher spielt dabei keine Rolle, Neugier, Forscherdrang und Spieltrieb stecken schließlich in jedem von uns. Und genau das vermag das NWAREUM zu wecken – mit einer faszinierenden Mischung aus Kunstwerken, Spielen, Natur, Technik, Wissen und Inspiration. Es gibt viel zu lernen: über das Leben auf der Erde, Ernährung, Pflanzen, Energieformen, nachhaltige Materialien und, und, und... Ob in der begehbaren Pflanzenzelle, im „Restaurant Erde“ oder an einem der interaktiven Spieltische – Ausprobieren und Anfassen ist hier ex-

plizit erwünscht. Für Kinder im Grundschulalter gibt es speziell aufbereitete Inhalte, die sie selbst entdecken können. Das Absolute Highlight zum Schluss: die hölzerne Rutsche. Bei schönem Wetter lädt außerdem der Museumsgarten zum Verweilen und Erforschen ein von nachwachsenden Rohstoffen und Nutzpflanzen ein. Und noch ein Tipp zum Schluss: Neben turnusmäßigen Highlight-Führungen können auch Gruppenführungen oder Führungen und Workshops für Schulklassen gebucht werden.



Mit agilis (RB 17/RE 18/RB 51) aus Richtung Regensburg oder Plattling nach Straubing. Das Nawareum ist durch einen ca. 20-minütigen Fußmarsch vom Bahnhof erreichbar. Alternative: Stadtbuse Linie 2 und 4 (Stadtwerke bzw. TUM Campus/Petersgasse). Das passende Ticket für Ihre Fahrt finden Sie unter [www.agilis-tickets.de](http://www.agilis-tickets.de).

Nawareum  
Schulgasse 23a, 94315 Straubing  
Tel: 09421/300-510 / [info@nawareum.de](mailto:info@nawareum.de)  
[www.nawareum.de](http://www.nawareum.de)

## Tiergarten Ulm

Wo die wilden Ulmer wohnen

Ein Tiergarten ist eine gelungene Sache, wenn sich dort nicht nur die Besucher, sondern auch die Bewohner rundum wohl fühlen. Beim Tiergarten der Stadt Ulm merkt man, dass man hier auf beides großen Wert gelegt. Und die Gäste können sich von Beginn an auf Spektakuläres gefasst machen: Denn hier findet man sich gleich mal unter Wasser wieder, allerdings trockenen Fußes – in einem 18 Meter langen transparenten Tunnel, der einen mitten durch die Welt der Donaufische führt. Gleich dahinter lockt auch schon die reiche Farbenpracht der Fische des Meeres sowie der wärmeren Flüsse und Seen dieser Welt. Ganz im Einklang mit der Evolutionsgeschichte folgt dann der Schritt an Land, vorbei an bunten Pfeilgiftfröschen, faszinierenden Reptilien, wärmeliebenden Krokodilen, lebhaften, exotischen Vogelarten bis hin zu neugierigen Affen inmitten der wilden Pflanzenpracht des Tropenhauses. Können Schlangen klettern? Und was frisst eigentlich ein Skink? Fragen, die sich hier sozusagen im Vorbeigehen beantworten. Im Außenbereich wird es dann mit den Bauernhoftieren wieder heimatischer. Denen darf man auch durchaus näher kommen, gerade unter den Ziegen und Schafen gibt es so einige verschmuste Exemplare, die sich am Zaun gern mal ein paar Streicheleinheiten abholen. Ein absolutes Muss ist auch die Freiflugvoliere mit den eigentümlichen Waldrapen und der munteren Erdmännchenbande, in der auch die Wasserschildkröten ihr Sommerquartier haben. Doch bevor wir jetzt über jedes der über 2.000 Tiere vom Karpfen bis zum Klammeraffen ins Schwärmen geraten: Lassen Sie sich überraschen und sehen Sie es sich selbst an!



Mit agilis (RB 15) aus Richtung Ingolstadt nach Ulm. Der Tiergarten ist vom Hauptbahnhof entweder durch einen Spaziergang (ca. 3 km) durch Altstadt und Friedrichsau erreichbar oder mit der Straßenbahn (Linie 1) bis „Donauhalle“. Das passende Ticket für Ihre Fahrt finden Sie unter [www.agilis-tickets.de](http://www.agilis-tickets.de).

Tiergarten Ulm  
Friedrichsau 40, 89073 Ulm  
Tel: 0731/161 6742  
[www.tiergarten.ulm.de](http://www.tiergarten.ulm.de)

\* Bei Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln erhalten Besuchende gegen Vorlage eines tagesaktuellen Tickets 1,- € Rabatt auf den Eintrittspreis.



Mit Höchstädt können wir der Serie "Wunderschöne Städtchen mit reicher Geschichte in atemberaubenden Landschaften" eine weitere kostbare Perle hinzufügen. Eine Perle, die sich nahtlos in die Kette der nordschwäbischen Donaustädte einreihet, welche den Ufern dieses majestätischen Stroms seinen ganz besonderen Charme verleihen. Über lange Zeit hinweg die größte und wichtigste unter ihnen, ist Höchstädt heute aber auch ein Paradebeispiel für eine Stadt, die es offenbar mühelos geschafft hat, sich einerseits ihr wertvolles historisches Erbe zu bewahren und gleichzeitig auf äußerst vitale Art im Hier und Jetzt anzukommen. Charmant, unprätentiös, lebenslustig, reich an Kultur und gut verwurzelt steht Höchstädt da, und dies nun schon seit rund tausend Jahren.

# HÖCHSTÄDT AN DER DONAU

Reich an Geschichte, reich an Kultur

Man muss Höchstädt nicht erst betreten, um zu bemerken, dass dieser Ort auf eine bedeutende Stadtgeschichte zurückblicken kann. Denn bereits aus der Ferne leuchtet einem ihr prägnantestes Wahrzeichen unübersehbar entgegen: das trutzige Schloss, das bereits in seiner monumentalen, repräsentativen Architektur keinen Zweifel darüber zulässt, dass der Anspruch des Bauherren ein hochherrschaftlicher war. Dessen Name war übrigens Philipp Ludwig, seines Zeichens Pfalzgraf von Pfalz-Neuburg – auf sein Geheiß hin wurde der beeindruckende Spätrenaissance-Bau Anfang des 17. Jahrhunderts fertiggestellt. Und natürlich sagt so etwas auch immer etwas über den Rang der Stadt aus, in der es errichtet wird. Ein solch imposantes Monument baut man schließlich nicht einfach irgendwo hin. Dass wir es heute in einem so



exzellenten Zustand bewundern dürfen, so dass man meinen könnte, der Pfalzgraf hätte hier erst kürzlich Richtfest gefeiert, verdanken wir im Wesentlichen zwei Tatsachen: zum einen der glücklichen und wahrlich nicht selbstverständlichen Fügung, dass es durch all die turbulenten Zeiten hindurch von Bränden oder kriegerischer Zerstörung verschont blieb und zum anderen den umfangreichen Restaurierungen, die in den 80er Jahren ihren Anfang nahmen und dank derer das Schloss seit 2004 vollständig restauriert und begehbar ist. Lediglich

## KONTAKT

Stadt Höchstädt  
Herzog-Philipp-Ludwig-Straße 10  
89420 Höchstädt a.d. Donau



die Schlafgemächer der ehemaligen Herzogin sind noch unvollständig. Doch seien wir mal ehrlich: Wer möchte schon so indiskret sein, bei dieser hochadeligen Dame im Schlafzimmer herumzustöbern?

Obwohl das Schloss für sich genommen bereits eine Reise wert ist, so ist es, wenn auch das spektakulärste, bei weitem nicht das einzige, was Höchstädt so sehenswert macht. Und eigentlich lässt sich ohne Übertreibung sagen: Das zweite große Highlight, das man in Höchstädt gesehen haben muss ist – nun, Höchstädt selbst. Das Stadtbild ist von unzähligen, zeitgeschichtlichen Sehenswürdigkeiten geprägt. Allen voran der historische Marktplatz, umrahmt durch stattliche Bürgerhäuser aus dem 17. Jahrhundert, die Pfarrkirche, das alte Rathaus (heute das Heimatmuseum) sowie die Vogtei. An der Nordostecke der ehemaligen Stadtmauer befindet sich der Geigerturm, neben dem die letzte erhaltene Turm der ehemaligen Stadtbefestigung aus dem 16. Jahrhundert, die einst insgesamt 14 Türme umfasste. Ebenfalls äußerst sehenswert:



das Heimatmuseum im Alten Rathaus, in dem in mehreren Dioramen detailversessen und mit insgesamt 10.000 Zinnfiguren die berühmte Schlacht von Höchstädt im Zuge des Spanischen Erbfolgekriegs nachgestellt ist. Zwei Kirchen, die man sich zudem auf keinen Fall entgehen lassen sollte: Mariä Himmelfahrt, ein ehrfurchtgebietender Sakralbau, der Elemente aus Spätgotik, Renaissance und Barock vereint und dieses Jahr 500-jähriges Bestehen feiert, sowie den unwiderstehlichen Liebreiz der Rokoko-Kirche „Maria Immaculata“ im fünf Kilometer entfernten Schwennenbach. Einzigartig auch das ehemalige Kastenhaus, das zur Aufbewahrung von Getreide diente. Seine Barockgiebel an der Nord- und Südseite prägen das Innenstadtbild. Doch wie so oft können wir an dieser Stelle nur ein paar ausgewählte „Appetithäppchen“ vorstellen, wer Lust auf mehr bekommen hat, dem sei die Stadtführung empfohlen, die jeden 3. Sonntag von April bis September vom Schlosshof aus startet und wunderschöne Einblicke in die vielen Preziosen ermöglicht, mit denen das Städtchen beileibe nicht geizt.

Nun ist Höchstädt, wie eingangs bereits erwähnt, aber nicht nur interessant für den Connoisseur und Liebhaber herausragender historischer Architektur, sondern darüber hinaus auch eine moderne, lebendige und lebenswürdige Stadt und sowohl wirtschaftlich als auch infrastrukturell



mehr als gut aufgestellt. Zahlreiche Unternehmen, darunter auch einige führende Industriebetriebe haben sich in den letzten Jahrzehnten hier angesiedelt, und die unzähligen Kultur- und Freizeitangebote, die vielfältige Einzelhandels- und Gastronomielandschaft sowie ein buntes und traditionsreiches Vereins- und Gesellschaftsleben machen Höchstädt nicht nur für seine Bewohner, sondern natürlich auch für jeden Gast zu einem lebens- wie liebenswerten Ort. Gerade in der warmen Jahreszeit ist das zu spüren, wenn sich die überwältigende Kulisse des historischen Marktplatzes mit Leben füllt, man sich bei leckerem Essen oder Eis zum Plaudern, Genießen, oder einfach nur zum Entspannen einfindet. Und auch das kulturelle Leben blüht, vor allem nutzt man hier natürlich die wunderschöne Ambiente des Schlosses. Dort findet man neben den Dauerausstellungen der Bayerischen Schlösser- und Seenverwaltung auch eine jährlich wechselnde Ausstellung. Der diesjährige und durchaus Neugier weckende Titel: „Kindsköpfe“. Ausstellungen, Konzert-highlights und noch so einiges mehr – kulturell gesehen kommt in Höchstädt selten Langeweile auf. Am 2. Juli beispielsweise findet im und ums Schloss der besondere Markt „Frauenwelt“ statt. Was genau Sie dort erwartet? Nun, am besten, Sie schauen einfach selbst vorbei und lassen sich überraschen. Aber eigentlich ist es völlig egal, was nun der Anlass ist: Ein Besuch dieser Donauperle lohnt sich eigentlich immer!



Mit agilis (RB 15) aus Richtung Ulm oder Ingolstadt nach Höchstädt. Alle Sehenswürdigkeiten in Höchstädt liegen fußläufig vom Bahnhof entfernt. Das passende Ticket für Ihre Fahrt finden Sie unter [www.agilis-tickets.de](http://www.agilis-tickets.de).





Egal, nach welcher Umfrage man nun geht: Wir Deutschen lieben Pasta über alles! Was das Essen betrifft, haben uns die Italiener einfach den Kopf verdreht. Top-Favorit, der in allen Ranglisten ganz oben mitmischt: Spaghetti Bolognese. Doch neben diesem Klassiker warten noch schier unendlich viele andere leckere Pasta-Gerichte darauf, ausprobiert zu werden. Bei unserem Tipp haben wir uns für einen frühlingsfrischen Leckerbissen mit Spinat und Ricotta entschieden.



### Zutaten für 6 Portionen:

#### CANNELLONI

- 180g Baby-Blattspinat
- 300g Ricotta
- 1 Eigelb
- 25g Parmesan, fein gerieben
- 12 Cannelloni
- etwas Butter (für die Form)
- Salz, Pfeffer

#### BÉCHAMELSAUCE

- 30g Butter
- 30g Mehl (gesiebt)
- 420ml Milch
- 1 Lorbeerblatt
- 25g Parmesan, fein gerieben
- Salz

## SPINAT-CANNELLONI mit Ricotta und Béchamelsauce

- 1 Spinat putzen, waschen und in kochendem Salzwasser kurz blanchieren. In ein Sieb gießen, abschrecken, abtropfen lassen und mit den Händen kräftig ausdrücken. Dann mittelfein hacken. Ricotta in eine Schüssel geben, Spinat, Eigelb und Käse unterrühren, mit Salz und Pfeffer würzen. Ricotta-Masse in einen Spritzbeutel (ohne Tülle) geben. Cannelloni mit der Ricotta-Masse füllen, in die gebutterte Auflaufform legen und beiseite stellen.
- 2 Für die Sauce Butter in einem Topf zerlassen. Mehl unterrühren, dann mit Milch unter Rühren auffüllen, Lorbeerblatt zugeben und bei milder Hitze 20–25 Minuten kochen lassen, dabei öfter umrühren. Gegen Ende der Garzeit ca. 3/4 vom Käse unterrühren, eventuell mit Salz würzen und das Lorbeerblatt entfernen.
- 3 Béchamelsauce über die Cannelloni verteilen und im vorgeheizten Backofen bei 190° (Gas 2–3, Umluft 170 Grad) auf der zweiten Schiene von unten 30 Minuten garen. 10 Minuten vor Ende der Garzeit den übrigen Käse gleichmäßig über die Cannelloni streuen.

### UNSER BUCHTIPP!

Sie können einfach nicht genug kriegen von Pasta? Mit Vincenzo Buonassis Meisterwerk können Liebhaber einen Blick unter die Topfdeckel echter italienischer Haushalte und Küchen werfen. Sage und schreibe 1.001 Rezepte enthält der Pasta-Codex, authentisch recherchiert aus allen Regionen Italiens, und erzählt auf über 700 Seiten von der Geschichte, Tradition und Leidenschaft hinter dem Nationalgericht. Preis: 39,95 €, erschienen im CallweyVerlag







Es wäre äußerst verwunderlich, wenn in den tausend Jahren, die unser Quartalstipp Höchstädt mittlerweile existiert, dort nicht die eine oder andere Sage oder Legende entstanden wäre. Schließlich ist die Donaustadt im Laufe der Generationen durch äußerst wechselvolle und beileibe nicht immer friedliche Zeiten gegangen. In den Mythen, die uns heute aus diesen Tagen erhalten sind, geht es in der Regel entweder um Erbauliches, das Glauben und Moral stärken sollte, oder – genauso beliebt – um Gruseliges, das einem abends am Kamin einen Schauer über den Rücken jagte. Doch hin und wieder finden sich auch Geschichten darunter, die einfach nur leicht, heiter und humorvoll daherkommen. Eine davon möchten wir hier zum Besten geben.

## DIE RECHNUNG BITTE!

### Warum man seinen Gästen nicht blind vertrauen sollte

Genau genommen spielt unsere Geschichte gar nicht direkt in Höchstädt, sondern in einer ein paar Kilometer entfernten kleinen Gemeinde namens Blindheim. Und noch genauer: in einem Dorf unbekanntens Namens, denn – so heißt es – seinen heutigen soll Blindheim tatsächlich genau der Begebenheit verdanken, von der wir hier berichten möchten. Hier also nun die amüsante Erzählung, wie Blindheim zu seinem Namen kam. In besagtem Dorf lebte einst ein Wirt, doch die Schankstube, die er betrieb, war nicht gerade das, was man eine Goldgrube nennen könnte. Außer ein paar Stammgästen aus dem Ort verirrten sich selten Besucher hierher, und umso erfreuter war der gute Mann, als sich eines Tages eine größere Gruppe wandernder Studenten bei ihm einfand, welche, wie sich rasch herausstellte, neben ihrem ausgelassenen Übermut auch gewaltigen Durst mitzubringen schienen. Und so verflogen die Stunden in lauter und feuchtfrohlicher Runde. So manch derber Scherz wurde zum Besten gegeben, und auch die Trinkgefäße ließ man sich ein ums andere Mal neu befüllen, was natürlich auch durchaus im Sinne des Wirtes war. Als nun aber die Sperrstunde näher rückte und es an die Frage nach der Bezahlung ging, einigte man sich, durch den Gerstensaft in kindische Laune versetzt, auf Folgendes: Nur einer unter ihnen sollte die gesamte Zeche bezahlen, und welcher genau der Unglückliche sein würde, wollte man durch ein Spiel entscheiden, das uns allen unter dem Namen "Blinde Kuh" geläufig ist. Die Rolle des Wiederkäuers sollte in diesem Fall der Gastwirt übernehmen, und derjenige, den er mit verbundenen Augen als erstes zu fassen bekäme, sollte auch der sein, welcher für das gemeinsame Trinkgelage aufkommen musste.

Sie unterbreiteten dem Schankwirt ihren famoson Einfall, und da dessen Laune mit jeder neuen Bestellung ebenfalls im Laufe des Abends gestiegen war, war es auch nicht allzu schwer, ihn zu dem Spaß zu überreden. Gesagt, getan, dem Mann wurde ein Tuch über die Augen gebunden und schon begann das lustige Haschen. Eine Weile lang ging das so, ohne dass der Wirt eines der Bürschlein habhaft werden konnte. Irgendwann jedoch fiel ihm auf, dass um ihn eine seltsam verdächtige Stille eingetreten war. Verwundert riss er sich das Tuch von den Augen – und fand sich mutterseelenallein und reichlich belämmert inmitten seiner Gaststube wieder. Eine wichtige Regel schien ihm wohl entgangen zu sein. Nämlich die, dass sich die Örtlichkeit des Spiels offenbar nicht nur auf seine vier Wände beschränkt hat. Manch einer munkelt nun, dass, als sich die peinliche Angelegenheit in der Gegend herumgesprochen hatte, der Ort kurzerhand in Blindheim umgetauft wurde. Doch das ist möglicherweise auch nur ein Gerücht. Und ebenfalls, dass der verärgerte Wirt die Zeche auf seiner Tafel angeschrieben hat, wo sie angeblich noch bis heute stehen soll...







# DER WEG IST DAS ZIEL

## Pilgerwege – die Reise ins Innere

**Es ist kein großes Geheimnis: Religion und Glaube spielen für uns heutzutage keine so prägende Rolle mehr, wie das noch vor hundert oder gar tausend Jahren der Fall war. Und dennoch: Das Bedürfnis, den Dingen einen tieferen Sinn zu verleihen, der über die reine Zweckmäßigkeit hinausgeht, steckt nach wie vor in uns. Anders ausgedrückt: Wir sind spirituelle Wesen. Dass die Kirchen mittlerweile in der Regel nur noch an Weihnachten und Ostern wirklich ausgelastet sind, bedeutet also nicht, dass**

**es kaum noch Menschen gibt, die sich auf eine spirituelle Reise begeben, sondern lediglich, dass eine solche Reise für viele heute eben einfach anders aussieht. Eine Form, den Weg nach innen anzutreten, die sich nach wie vor großer Beliebtheit erfreut, ist der Pilgerweg. Und wer sich auf einen solchen begibt, bemerkt auch schnell dessen heilsame Wirkung auf Körper, Geist und Seele. Hier in unserer Region sind es vor allem die historischen Jakobswege, auf die sich die Pilgerströme konzentrieren.**

Der Grund, aus dem sich die Leute auf diesen Weg begeben, ist jedoch in den meisten Fällen erst mal gar kein christlicher oder spiritueller: Tatsächlich sind dies nur rund zehn Prozent, die meisten haben ganz einfach das Bedürfnis, aus ihrem Hamsterrad auszubrechen, für eine Weile alles mal sprichwörtlich hinter sich zu lassen, den Kopf frei zu bekommen: Kein Handy, keine Ablenkung, kein Stress, keine alltäglichen Sorgen, nichts außer dem Wind, der einem um die Nase weht und das Rauschen der Bäume im Ohr. Das mag sich im ersten Moment seltsam ungewohnt, vielleicht auch unangenehm anfühlen, schließlich verlässt man auch die eigene Komfortzone. Doch nicht lange, und man wird eine Veränderung feststellen: Der Blick weitet sich, die Sinne werden schärfer, die Eindrücke und Empfindungen intensiver. Mit jedem Schritt fällt eine weitere Last von den Schultern, das

Gefühl von Freiheit und Klarheit stellt sich ein. Mit einem Mal fällt es ganz leicht, Wichtiges von Unwichtigem zu trennen und damit auch, Entscheidungen zu fällen, mit denen man teils jahrelang gerungen hat. Das ist etwas, das ganz von selbst geschieht, sobald man dem Getöse und der Reizüberflutung unserer modernen Welt einmal den Rücken kehrt und den elementaren Dingen des Daseins wieder Raum gibt und Aufmerksamkeit schenkt: der Harmonie der Natur, dem Wetter, dem eigenen Körper, nicht zuletzt auch der Stille. Es ist kein Zufall, dass die allermeisten alleine laufen. Man hat Zeit, eigene Gedanken und Gefühle hochkommen zu lassen, das Leben zu reflektieren. Für viele stellt sich der Pilgerweg als ein wichtiger Impulsgeber heraus, auch dem eigenen Lebensweg eine neue Richtung zu geben. Denn hier passieren zwei scheinbar widersprüchliche Dinge:



Man kommt gleichzeitig in Bewegung und zur Ruhe. So wird der Weg auf die denkbar einfachste Art zu einer Reise ins Hier und Jetzt und damit auch zu sich selbst. Man kann es nun nennen, wie man will, doch letztlich ist dies eine spirituelle Erfahrung. Und egal, ob man von Beginn an danach gesucht hat oder nicht, es sind wenige Fälle bekannt, bei denen jemand eine solche Erfahrung bereut hat.

Falls Sie nun ebenfalls die Lust gepackt hat, einmal einen Pilgerweg zu bewandern, oder Sie dies schon immer mal tun wollten, möchten wir Ihnen an dieser Stelle eine kleine Auswahl an Möglichkeiten zeigen, die sich hier in der Region dafür anbieten. Zwar sind nicht alle davon offizielle Pilgerwege, das bedeutet aber natürlich nicht, dass sie sich nicht genauso eignen würden. Mir Abstand der bekanntes-

te ist der Jakobsweg – eigentlich eine Anzahl von Pilgerwegen, die sich durch Europa ziehen, und die alle das angebliche Grab des Apostels Jakobus in Santiago de Compostela in Galicien zum Ziel haben. So weit muss man ihn aber natürlich nicht laufen, es tut dem Seelenheil keinen Abbruch, wenn man sich je nach Kondition, Zeit und Laune einen bestimmten Teilabschnitt vornimmt.



### Oberfränkischer Jakobsweg ..... [www.jakobus-oberfranken.de](http://www.jakobus-oberfranken.de)

Der **Oberfränkische Jakobsweg** beginnt in Hof und verläuft, von Thüringen oder Sachsen kommend, über Bayreuth nach Nürnberg. Ab da lässt sich die Pilgerreise nach Rothenburg, Ulm oder Eichstätt fortsetzen. Insgesamt ist der Wegabschnitt Hof-Nürnberg 183 Kilometer lang, also in gut neun, etwa 20 Kilometer langen Tagestappen machbar und führt an vielen Orten und Städten vorbei, unter anderem Hof, Marktschorgast, Bayreuth und Nürnberg. Alternativ gibt es den **Jakobsweg Fichtelgebirge**, der durch seine Route über das hohe Fichtelgebirge vier Jakobus-Kirchen in den Weg einbezieht, nämlich die in Marktschorgast, Weißenstadt, Kirchenpingarten und Creußen. Dort trifft der Weg dann wieder auf den Oberfränkischen Jakobsweg.

### Frankenweg ..... [www.frankentourismus.de](http://www.frankentourismus.de)

520 Kilometer ist dieser Fernwanderweg lang, der wie kaum ein anderer die Vielfalt Frankens widerspiegelt. Beginnend in Untereichenstein schlängelt er sich gleich mitten durch die grüne Wildnis des Frankenwaldes. Erste Höhepunkte: das romantische Hölental und das Flößerland der Wilden Rodach. Danach geht es weiter durch die liebevolle Region Obermain-Jura, wo herrliche Ausblicke über das Maintal und bauliche Meisterwerke wie die Basilika Vierzehnheiligen locken. Dann in die Fränkische Schweiz mit ihren bizarren Felsformationen, Höhlen und malerischen Ortschaften. Die Steigungen werden nun sanfter, man durchquert den Naturpark Altmühltal mit seinen malerischen Jurahöhlen und Wacholderheiden. Das Ziel erreicht man in Harburg in der Schwäbischen Alb.



### Der Contemplatio ..... [www.innehalten-region.de](http://www.innehalten-region.de)

Deutschlands längster Wanderweg für Achtsamkeit und Meditation führt entlang spiritueller Orte, welche die Region seit Jahrhunderten prägen. Von Neumarkt führt er auf dem Mariahilf Berg, wo die Aussicht und die stille Atmosphäre der Barockkirche den Aufstieg belohnen. Weiter geht es durch Felder und Wälder zum Donau-Main-Kanal und von hier auf den geheimnisumwitterten Buchberg. Aus dem Wald heraus führt der Weg dann über Berggau auf den Möninger Berg mit unschlagbarer Aussicht und einer neugotischen Kirche. Zurück im Tal folgt man einem Vogelschutzgebiet bis zur Wallfahrtskirche Maria Hilf, ein barockes Kleinod, das der Dresdener Frauenkirche als Vorbild diente. Tipp: Im angrenzenden Franziskanerkloster den Garten der Stille besuchen!

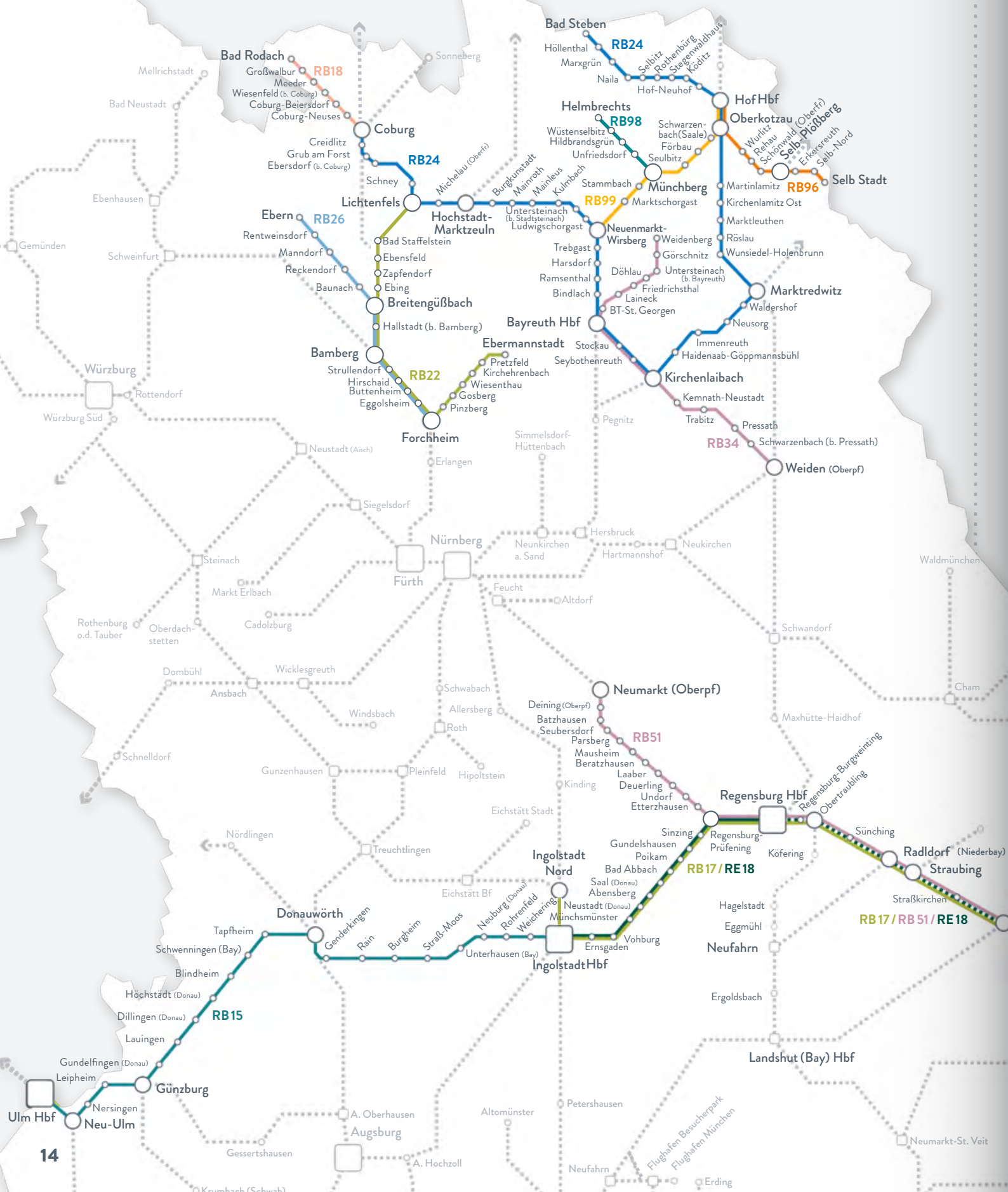
### Zeugenbergrunde um Neumarkt ..... [www.tourismus-neumarkt.de](http://www.tourismus-neumarkt.de)

Millionen Jahre Erdgeschichte durchwandert man auf diesem Weg. Doch "neu" sind nicht die Berge, von denen die Stadt so malerisch eingerahmt wird, vielmehr die weiten Täler und Becken, die man durchquert. Sie entstanden erst allmählich durch nacheiszeitliche Abtragungen. Der Rundweg setzt diese beeindruckende Landschaft, aus der die Zeugenberge wie einsame Kolosse herausragen, gekonnt in Szene. Auf drei oder fünf Etappen entlang des Altraufs dieses Juragebietes ergeben sich facettenreiche Kontraste. Weite Ebenen treffen auf wuchtige, bewaldete Berge, urbane Kultur auf Waldesstille, Agrarwirtschaft auf unberührte Natur. Und tief im Dunkel der Wälder liegen alte keltische Stätten und sagenumwobene Geheimnisse verborgen.





# DIE AGILIS STRECKENNETZE





# EVENTKALENDER

## APRIL

- 02.04.**  
Obermain-Marathon  
2023  
Bad Staffelstein
- 07.04. bis 01.05.**  
Bayreuther Osterfestival  
Bayreuth
- 08. bis 16.04.**  
Bayreuther Frühlingsfest  
Bayreuth
- 13. bis 16.04.**  
Frühjahrsdult  
Neuburg
- 13. bis 16.04.**  
46. Internationale  
Grenzland-Filmtage  
Selb & Regensburg
- 14. bis 16.04.**  
Traumfabrik Erlebnistage  
Regensburg

- 21. bis 23.04.**  
1516 – Fest zum Reinen  
Bier  
Ingolstadt
- 22. bis 23.04.**  
Bierkellereröffnung  
Forchheim
- 28.04. bis 01.05.**  
33. Bayerisches  
Landesturnfest  
Regensburg
- 28.04. bis 02.05.**  
Volksfest  
„Dillinger Frühling“  
Dillingen
- 28.04. bis 07.05.**  
Passauer Maidult  
Passau
- 28.04. bis 22.06.**  
Musica Bayreuth  
2023  
Bayreuth
- 29. bis 30.04.**  
12. Herzogstadtlauf  
Straubing
- 30.04.**  
Walburga-Jahrmarkt  
Marktredwitz

## MAI

- 01.05.**  
Mai-Kirchweih  
Bad Steben
- 05. bis 07.05.**  
Walberlafest  
Kirchehrenbach/Fränkische  
Schweiz
- 06.05.**  
Halbmarathon  
Ingolstadt
- 06. bis 07.05.**  
Markt für Kunsthandwerk  
Neu-Ulm
- 07.05.**  
mai musica 2023 -  
Filmmusik Abend  
Kulmbach
- 11. bis 13.05.**  
Kleinbrauermarkt  
Ulm
- 11. bis 14.05.**  
Maisel's Weissbierfest  
Bayreuth
- 12. bis 29.05.**  
Maidult  
Regensburg
- 13.05.**  
Nacht der Sinne  
Neumarkt
- 13. bis 14.05.**  
Donauwörther Maimarkt  
Donauwörth

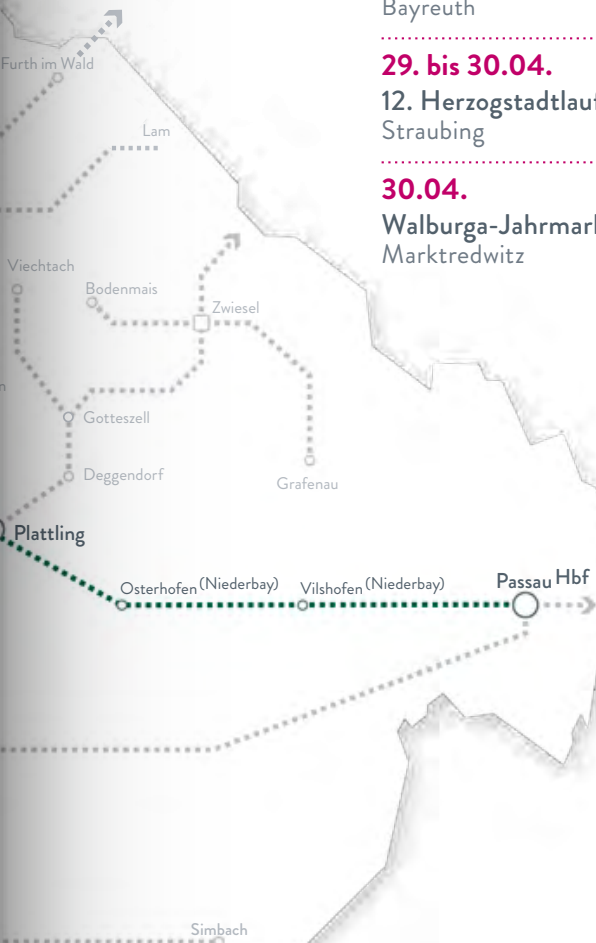
- 17. bis 21.05.**  
Neumarkter Frühlingsfest  
Neumarkt
- 19. bis 21.05.**  
Spectaculum Nordgavia  
Burg Parsberg
- 20.05.**  
Faszination Auenpark  
Marktredwitz
- 22.05. bis 03.09.**  
Luisenburg Festspiele  
Wunsiedel
- 25. bis 29.05.**  
Bamberger Weinfest  
Bamberg
- 25.05. bis 03.10.**  
Bayerische  
Landesgartenschau  
Freyung
- 26.05. bis 05.06.**  
Bayreuther Volksfest  
Bayreuth
- 27.05. bis 29.05.**  
Pfungstdampftage im  
Deutschen Dampflok  
Museum  
Neuenmarkt

- 16. bis 18.06.**  
Neumarkter Altstadtfest  
Neumarkt
- 16. bis 18.06.**  
Bürgerfest  
*Besuchen Sie uns am  
Sonntag, 18.6.23 auf dem  
Regensburger Bürgerfest in  
der Thundorferstraße!*  
Regensburg
- 17.06.**  
IN!DIE.musik Festival  
Hof
- 17. bis 18.06.**  
Mittelaltermarkt  
Ebern
- 18.06.**  
25. Historischer Markt  
mit Kunsthandwerker-  
markt  
Ebermannstadt
- 22. bis 26.06**  
Rawetzer Biergarten  
Rawetz
- 23. bis 24.06.**  
Donau Classic  
Oldtimer-Ralley  
Ingolstadt

## JUNI

- 05.06.**  
Hofer Schlappentag  
Hof
- 09.06. bis 18.07.**  
Open Air Theater:  
Sister Act  
Wilhelmsburg in Ulm

- 24. bis 25.06.**  
Landesposaunentag  
Ulm
- 25.06.**  
Neumarkter  
Oldtimertreffen  
Neumarkt
- 25.06.**  
Bürgerfest  
Weiden
- 30.06. bis 02.07. &  
07. bis 09.07.**  
Neuburger Schlossfest  
Neuburg





# WANDERUNGEN

Frühling und Herbst sind die klassischen Jahreszeiten, fürs Wandern. Die klare Luft und angenehme Temperaturen fordern geradezu heraus, ins Freie zu gehen und die Natur zu genießen. Hier zwei Wandertipps von uns, die sich auf jeden Fall lohnen.

## NETZ MITTE

### KAISER-THERMEN-SCHLAUFE

Eine schöne Tagestour rund um Bad Abbach, die viele Eindrücke in der Natur und von alter Kulturgeschichte vereint, verläuft auf der Kaiser-Thermen-Schlaufe des Jurasteigs. Von der weiten Donau durchschlendert man den Ort Bad Abbach, wandert vorbei an felsdurchsetzter Jurlandschaft und rastet an der alten Wallfahrtskapelle Frauenbründl, deren Quelle Heilkräfte nachgesagt werden. Auf der Tour ergeben sich weite Blicke über das Donautal, auf den wunderschönen barocken Kirchturm von Peising, ebenso wie auf die Bad Abbacher Nikolauskirche und den 800 Jahre alten Burgturm. All die wundervollen Genussmomente lassen sich in den zahlreichen Cafés und Restaurants im Ortskern kulinarisch verlängern. Zurück zum Bahnhof Poikam sind es dann noch rund 2,5 Kilometer.

Informationen: [www.jurasteig.de/de/kaiser-thermen-schlaufe.html](http://www.jurasteig.de/de/kaiser-thermen-schlaufe.html)

**Bahnhof:** Poikam (bei Bad Abbach)  
**Start- und Zielort:** Kurhaus Bad Abbach  
**Schwierigkeit:** mittel  
**Dauer:** 4,5 Stunden  
**Gesamtlänge:** 19 km



## NETZ NORD

### WANDERUNG ZUM PFERSAG-WASSERFALL

Ausgangspunkt der Wanderung ist der Bahnhof Burgkunstadt. Vorbei am Schusterbrunnen und der Christuskirche Burgkunstadt folgen Sie dem Weg Richtung der kleinen Ortschaft Ebnath. Unterwegs kommen Sie an einem der größten jüdischen Landfriedhöfe von 1620 vorbei. Rund um die Ortschaft Ebnath erwartet Sie das Felsenlabyrinth „Ebnetter Keller“ sowie eine kleine Waldbücherei, in der man ruhig eine kleine Lesepause einlegen kann. Weiter geht es vorbei an Höhlen und Gestein hin zum Teufelsgrabensteg, ein kleiner Holzsteg, der zu einem Naturdenkmal der unvermuteten Art führt: dem Pfersag-Wasserfall. Das Bächlein Nussbrunnen fällt hier über eine angedeutet halbkreisförmige Steinstufe rund zwei Meter tief, bevor es sich durch einen Auwald als "Teufelsgraben" in Richtung Rodach zieht.

Informationen: [www.komoot.de/tour/1057657179](http://www.komoot.de/tour/1057657179)

**Bahnhof:** Burgkunstadt  
**Startort:** Bahnhof Burgkunstadt  
**Schwierigkeit:** mittel; Trittsicherheit erforderlich  
**Dauer:** ca. 3,5 Stunden  
**Gesamtlänge:** 13 km



# MITMACHEN & GEWINNEN

1. Preis: Buch "Permakultur leben" von Sabrina Wagner
2. Preis: 2 x zwei Eintrittskarten für Erwachsene ins Nawareum in Straubing
3. Preis: Ein agilis-Überraschungspaket

gewalt-sam ziehen	eine der Gezeiten	zurecht-weisen	sauber, unbe-schmutzt	der Blaue Planet	vage, unpräzise	Teilhaber; Mitspieler	Substanz in den Knochen	Währung in Japan (100 Sen)	Frisier-gerät	spanisch: Hurra!, Los!, Auf!	nach Abzug der Kosten	Stimm-zettel-behälter	be-stimmter Artikel
→	▼	▼	▼	▼	→	→	▼	→	▼	▼	▼	▼	▼
Angehö-riger eines Staates		3			Frau, die ein frem-des Kind stillt	mit Farbe versehen		Vor-name Ade-nauers			6	Platz, Stelle	
→	→				große Tur, Einfahrt		Truppen-einheit	Stern-schnuppe				▼	
alle zwei					Körpert-eil, Glied-maße	unnütze, wertlose Gegen-stände				Boden-vertiefung	selten, knapp		bevor
→	→				1		Ehr-furcht, Achtung	Süd-frucht	Waren-art; Wert-gruppe			▼	▼
gießen, schütten (Nieder-schlag)	Lochvor-stecher, Pfriem	Schutz-stoffe verab-reichen	jedoch, hingegen										
→	▼	▼	→				Ges-chenk, Almosen				oberster Teil des Getrede-halms		Insekt mit Stachel
Hand-pflege	Affodill-gewächs, Heil-pflanze		helles Bier (Kurz-wort)	Wasser-vogel	be-stehen, existie-ren				7	Wundmal			
→	▼				rückbez. Fürwort (1. Pers. Plural)	Gesichts-verklei-dung						Empfeh-lung	Abk. für Nord-deutscher Rundfunk
Stoff-fetzen, Putz-tuch		2			trainieren					hoch achten			
→	→						benach-bart, nicht weit				Begren-zung einer Fläche		
gelehri-ger Zahnwal	Behälter für einen Heizstoff												4
Hand-mäh-gerät					immer, zu jeder Zeit		5		Zaren-name				



Lösung per E-Mail an [gewinnen@agilis.de](mailto:gewinnen@agilis.de) oder per Post. Einsendeschluss ist der 16. Juni 2023.

Teilnahmebedingungen: Es entscheidet das Los. Eine Barauszahlung der Gewinne ist nicht möglich. Die personenbezogenen Daten werden ausschließlich für die Gewinnermittlung gespeichert, eine Weitergabe an Dritte erfolgt nicht. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter von agilis sowie ihre Angehörigen sind von der Teilnahme ausgeschlossen. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Im Fall des Gewinns akzeptiert der Teilnehmer, dass sein Vorname, Nachname und Wohnort in den Medien von agilis veröffentlicht werden.

## DIE GEWINNER AUS PICO 1/2023

1. Preis: 2x zwei Eintrittskarten in das Deutsches Dampflokotiv Museum Neuenmarkt: Erich Berger, Kelheim; Sieghild Pietrzik Kelheim
2. Preis: 2 x ein agilis-Schnuppertagesticket für zwei Personen: Wolfgang Lang, Bamberg; Franz Bartl, Neuburg
3. Preis: Ein agilis-Überraschungspaket: Claudia Bach, Haselbach



Absender:

.....

.....

.....

Hiermit willige ich ein, dass ich per E-Mail

bzw. per Post über weitere Angebote der agilis Eisenbahn- bzw. Verkehrs-gesellschaft mbH & Co. KG informiert werde. Diese Einwilligung ist selbstverständlich freiwillig und kann jederzeit widerrufen werden.

Lösungswort:

.....

Bitte ausreichend frankieren

agilis Eisenbahngesellschaft mbH & Co. KG  
 agilis Verkehrsgesellschaft mbH & Co. KG  
 Gewinnspiel  
 Galgenbergstraße 2a  
 93053 Regensburg



# HIESIG'S G'SCHWÄTZ

So einzigartig wie die Landschaft, durch die Sie vermutlich gerade fahren, ist auch die Art, wie die "Eingeborenen" sich hierzulande auszudrücken pflegen. Doch selbst, wenn Sie sich zu diesen zählen, heißt das nicht, dass Ihnen auch sämtliche Begriffe geläufig sind, welche die hiesigen Mundarten hervorgebracht haben. Versuchen Sie doch mal, diese schwäbischen Vokabeln ins Hochdeutsche zu übersetzen:

„dollaorich“

{ taub }

„Glotzbebbel“

{ Augen }

„wonderfitzig“

{ neugierig }

„Gsälz“

{ Marmelade }

„Endâklemmer“

{ Geizkragen }

„Gosch“

{ Mund }

## ZITATSALAT

Hier ist Ihre Menschenkenntnis gefragt! Eines der vier Zitate haben wir der Berühmtheit, die Sie hier sehen, untergejubelt. In Wahrheit stammt es jedoch von jemand anderem. Also, was denken Sie: Um welche Weisheit könnte es sich handeln? Die Lösung sowie den eigentlichen Urheber finden sie rechts unten.

{ Konfuzius }

1. Wir haben zwei Leben, und das zweite beginnt, wenn wir erkennen, dass wir nur eines haben.

2. Wahrlich, keiner ist weise, der nicht das Dunkel kennt.

3. Die lustigsten Menschen sind die traurigsten.

4. Wer alle Antworten kennt, hat nicht alle Fragen gestellt bekommen.

# CARTOON

Alles ist offenbar lose,  
bis Wissenschaftler  
es dann feststellen



## ICH GLAUBE, ICH WEISS ZU VIEL

Eine Kolumne von Till Winkler

Ich will mich ja nicht selber loben, aber manchmal hab ich so Momente, da finde ich es einfach erstaunlich, was ich so alles kann. Zum Beispiel mir die Schuhe binden. Ohne Hingucken! Und währenddessen an was ganz anderes denken! Okay, okay, ich weiß, das können Sie wahrscheinlich auch. Aber wissen Sie was? Das finde ich genauso erstaunlich. Ich könnte nicht erstaunter sein, würden Sie mir erzählen, Sie wären in der Lage, im Tiefschlaf auf Rollschuhen einen Stabhochsprung zu absolvieren, während Sie das Klavierkonzert Nr. 5 von Beethoven auf der Tuba zum Besten geben. Rückwärts. Na gut, das würde mich zugegebenermaßen auch ziemlich beeindruckend. Was ich eigentlich sagen will: Manchmal packt mich einfach ganz plötzlich und ohne Vorwarnung das große Staunen über die banalsten Kleinigkeiten. Ich gucke dann runter auf meine perfekt gebundene Schuhschleife, für die meine Hände ganz offensichtlich noch nicht mal meine Aufmerksamkeit benötigt haben und erinnere mich an die Tierdoku, von der ich gelernt habe, dass Tintenfische ganze neun Gehirne besitzen: eines für den Kopf und jeweils eines für jeden Arm. Und ich denk' mir: Nicht schlecht, Herr Oktopus, aber zum Schuhebinden reicht es halt immer noch nicht ganz. Aber gut, ich will hier jetzt keinem Kopffüßer auf den Schlips treten, zumal er sich den wohl genauso wenig binden könnte. Ich will nur sagen, es gibt diese Momente, in denen ich mich einfach nur dumm und dusselig wundern könnte. Und irgendwie mag ich das, weil es sich so ursprünglich anfühlt und so intensiv. Wie damals als Kind, als man sich auf nichts wirklich einen Reim machen konnte. Was einem eigentlich

gar keine andere Wahl gelassen hat, als alles zu bestaunen, die Welt als magischen Ort voller unerklärlicher Farben und Formen zu begreifen, bevölkert von seltsamen Wesen mit noch viel seltsamerem Verhalten. Und darum genieße ich das sehr, wenn mein Bewusstsein mir ab und an einen kleinen Kurztrip in meine mythische Phase spendiert, und alles um mich herum für einen Augenblick erneut so wundervoll rätselhaft aufleuchtet wie damals – bis sich meine Alltagspflichten dann wieder breitbeinig und mit strengem Blick vor mir aufbauen und mich daran erinnern, dass ich gefälligst zu funktionieren habe. Trotzdem lässt mich irgendwie die Frage nicht los, warum sich das Leben so viel besser anfühlt, wenn wir die Welt als großes Geheimnis bestaunen können, die Dinge aber sofort ihren Glanz verlieren, sobald wir sie uns erklären können. Ich glaube, ich werde gerade ein bisschen nostalgisch. Ich mag meiner Mutter jetzt nicht allzu große Vorwürfe machen, aber vielleicht hat sie mich einfach in die falsche Zeit hineingeboren. Ich meine, um wieviel brachialer müssen unsere germanischen Vorfahren auch nur ein Gewitter erlebt haben, wenn sie glauben mussten, sie hätten es mit dem Wutausbruch einer ihrer cholerischen Gottheiten zu tun, anstatt das Ganze mit schönen wissenschaftlichen Erklärungen abfrühstücken zu können. Naja, so ganz genau weiß ich darüber zwar jetzt eigentlich auch nicht Bescheid. Aber das Gefühl, dass – egal worum es geht – bestimmt irgendwo auf der Welt ein Experte sitzt, der es mir bis ins Detail erklären könnte, nervt mich irgendwie. Jawohl, ich pfeife auf die Wissenschaft! Und jetzt muss ich auch los, meine Wäsche am Fluss sauber schrubben.

## Verschiedenes

Die kleine Sofia ist so vertieft in ihr Buch, dass sie immer noch genauso dagesessen ist, als wir eine Stunde später nochmal vorbeigeschaut haben. Doch Moment! Wenn man genau hinsieht, merkt man, dass im zweiten Bild sieben Kleinigkeiten anders sind als im ersten. Findet ihr sie?



## Komisches

Meint der Sportlehrer: „Wir machen heute Dehnübungen.“ Ruft einer der Schüler: „Es heißt DIE Übungen!“

Unterhalten sich zwei Männer. Sagt der eine: „Es wäre besser, alle Menschen würden bei offenem Fenster schlafen!“ Fragt der andere: „Sind Sie etwa Arzt?“ Darauf der Andere: „Nein, Einbrecher!“

Zwei Zahnstocher gehen durch den Wald. Da kommt plötzlich ein Igel vorbeigelaufen. Sagt der eine Zahnstocher zum anderen: „Ich wusste gar nicht, dass hier ein Bus fährt.“



# Schattenrissiges

Auch die kleine Hexe hat es sich zum Lesen auf ihrem Besen gemütlich gemacht. Nachts sieht man manchmal ihre Silhouette vorbeifliegen. Doch welche der fünf Umriss ist der richtige?

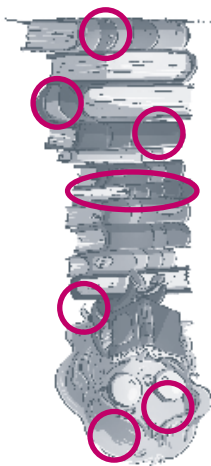


Umrissiges:  
Der Umriss Nr. 3.

Unvollständiges:

- 1. Ziegen-
- 2. Wasser-
- 3. Wind-

LÖSUNGEN:



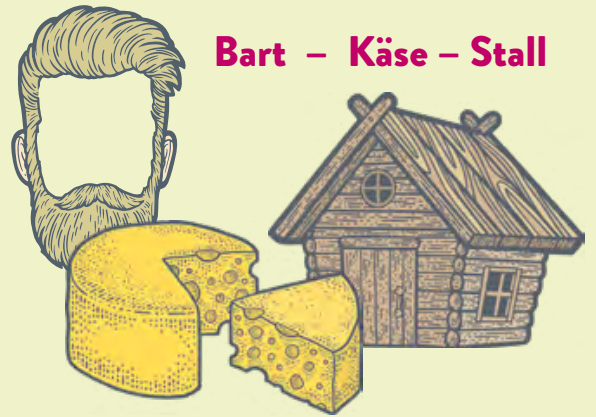
Verschiedenes:

# Unvollständiges

Hier ein lustiges Ratespiel, bei dem ihr fleißig knobeln und euch danach sogar noch eigene Beispiele ausdenken könnt. Die Regeln sind ganz einfach: Wir haben jeweils drei Wörter gefunden, die aber eigentlich nur der zweite Teil von einem zusammengesetzten Wort sind. Das Besondere daran: Alle drei haben den selben Wortanfang. Erratet ihr, welcher das ist? Zum Beispiel wäre bei den Wörtern "Haus", "Stamm" und "Krone" der gesuchte Anfang "Baum".

(Baumhaus, Baumstamm, Baumkrone)

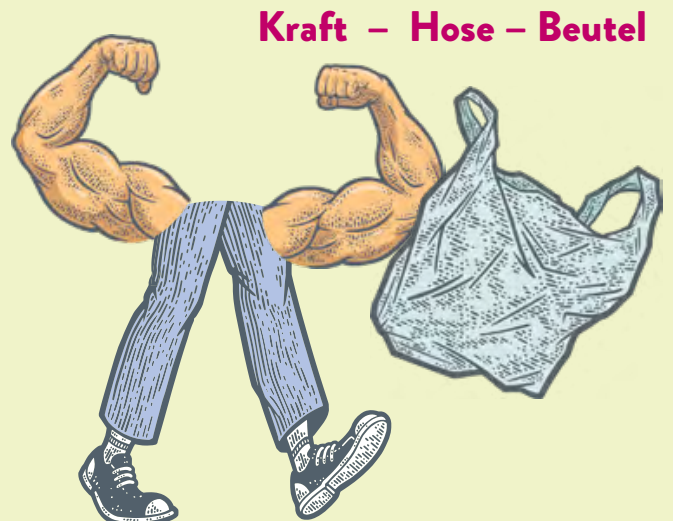
Alles verstanden? Na dann, viel Spaß beim Raten!



**Bart – Käse – Stall**



**Pistole – Ball – Eis**



**Kraft – Hose – Beutel**



Wie vor den meisten Lebensbereichen hat die Industrialisierung natürlich auch vor der Landwirtschaft nicht haltgemacht. Was soviel bedeutete wie: Monokulturen auf immer größeren Flächen, unterstützt durch Dünge- und Pflanzenschutzmittel. Und ja, natürlich ließ sich dadurch, sowie durch die Automatisierung der meisten Abläufe, die Effektivität und Effizienz bei der Herstellung von Lebensmitteln um ein Vielfaches steigern. Mit dem Aufkeimen eines neuen Umweltbewusstseins machten sich jedoch mehr und mehr Menschen Gedanken darüber, wie man den Anbau wieder nachhaltiger und im Einklang mit Mutter Erde gestalten kann. Die Antwort: mit Permakultur.

# DIE NATUR IST DER GÄRTNER

## Permakultur – auf der Suche nach der natürlichen Balance

Den Begriff hat sicher jeder schon mal gehört, aber bei vielen reicht das Verständnis darüber, um was genau es sich bei Permakultur handelt, kaum über "irgendwas mit ökologischem Anbau" hinaus. Was schade ist, denn Permakultur ist eine wirklich faszinierende Möglichkeit, zu dem Wandel beizutragen, der dringend notwendig ist, um auch der nächsten und übernächsten Generation eine lebenswerte Welt zu übergeben. Der Begriff lässt sich in etwa mit "dauerhafte Kultivierung" ins Deutsche übersetzen und bezeichnet ein Konzept für Landwirtschaft und Gartenbau, das darauf basiert, Ökosysteme und Kreisläufe in der Natur zu beobachten und nachzuahmen. In den 70er Jahren vom Australier Bill Mollison entwickelt, wuchs die Methode samt ihrer ganzheitlichen Lebensphilosophie rasch zu einer weltweiten Graswurzelbewegung an. Im Wesentlichen basiert das Ganze auf dem Ansatz, die Kulturfläche ganz nach dem Vorbild der Natur als eigenes Ökosystem zu gestalten, das zeitlich unbegrenzt funktioniert, indem das Zusammenleben von Flora und Fauna so miteinander kombiniert wird, dass ein unabhängiger, widerstandsfähiger Lebensraum mit in sich geschlossenen Kreisläufen entsteht. Das macht Permakultur einerseits zum radikalen Gegenentwurf zur industriellen Landwirtschaft, auf der anderen Seite aber auch zu einer Wissenschaft für sich. Denn eines steht fest: Die Natur mag es, was das harmonische Zusammenspiel ihrer unzähligen Spezies angeht, nicht nur äußerst komplex, sie lässt sich dabei auch gar nicht so leicht in die Karten gucken. Die Permakultur nutzt daher neben wissenschaftlicher Ökologie auch traditionelles Wissen indigener Völker. Gleichzeitig ist sie auch ein



spannendes Forschungsfeld, das sich durch Versuch und Beobachtung ständig weiterentwickelt. Konstant bleiben dabei nur ihre Leitsätze, die auf Langfristigkeit, Vielfalt, Optimierung statt Maximierung und Kooperation statt Konkurrenz basieren. Permakultur ist also viel mehr als einfach nur eine alternative Anbauweise, denn sie wurzelt in einem tiefen Verständnis von den Beziehungen der Lebewesen untereinander und zu ihrer Umwelt. Und das Tolle daran: Mit ein wenig Vorwissen lassen sich ihre Prinzipien auch im eigenen Garten nutzen!





## Die Permakulturschaffenden

4 Fragen an Anna Weber  
& Matthias Wellhöfer-Weber  
Betreiber des Naturerlebnishof Kulmbach



Macht Appetit auf Permakultur:  
Ernte auf dem Naturerlebnishof

### NATURERLEBNISHOF KULMBACH

[www.naturerlebnishof-kulmbach.de](http://www.naturerlebnishof-kulmbach.de)  
Hummendorf 3 in 95369 Untersteinach  
Mail: [kontakt@naturerlebnishof-kulmbach.de](mailto:kontakt@naturerlebnishof-kulmbach.de)  
Telefon: 0176 200 925 75

### UNSER BUCHTIPP ZUM THEMA

"Permakultur leben" von Sabrina Wagner



**Ihr betreibt das Projekt "Naturerlebnishof Kulmbach". Könnt ihr kurz erzählen, worum es dabei geht und wie die Idee dazu entstanden ist?**

Der Naturerlebnishof Kulmbach ist ein Ort, an dem wir einerseits Bildungsarbeit betreiben und andererseits auch privat leben. Wir möchten gerne eine moderne, naturverbundene Lebensweise vorleben und genießen. Das bedeutet, dass wir uns hier gut mit Obst, Gemüse, Eiern und Milch selbst versorgen können. Wir gestalten das Gelände dabei so naturnah wie möglich, um den Gemüseanbau mit Artenvielfalt zu kombinieren. Denn wir sind überzeugt, dass das nicht nur unsere Aufgabe ist, um der schwindenden Biodiversität entgegenzuwirken, sondern dass es auch unsere Lebensqualität erhöht und den Gemüseanbau vereinfacht. Diese Techniken geben wir in Führungen und Kursen weiter.

**Den Hof zu betreiben, ist eigentlich bereits arbeitsintensiv genug. Doch euer Projekt umfasst ja noch einiges mehr. Was motiviert euch dazu?**

Zugegeben, die Arbeit geht hier nie aus und eine große Lernerfahrung in den ersten Jahren war es auch, einfach mal etwas liegen zu lassen. Dennoch treiben gerade die kleinen Erfolge besonders an. Wir freuen uns beispielsweise jedes Jahr nach dem langen Winter auf die erste Gurke aus dem Garten, und wenn nach einer Führung freudestrahlende Gesichter vor uns stehen, wissen wir, dass wir erneut einen Funken Begeisterung teilen konnten. Das motiviert ungemein.

**Eines eurer wichtigsten Prinzipien ist das der Permakultur. Was fasziniert euch so daran?**

Die Permakultur denkt das Leben in komplexen Zusammenhängen. Es ist nicht nur einfach eine Methode, nach der man den Garten bewirtschaften kann, sondern eine grundlegende Lebensweise, die dazu führt, sozial, ökologisch und fair zu handeln. Gerade diese Komplexität und auch Konsequenz ist sehr inspirierend.

**Euer Hof ist eine kleine, wunderschöne Oase. Glaubt ihr, es besteht die Chance, dass sich die Landwirtschaft in diese Richtung entwickeln kann?**

Auch wenn es schön wäre, es ist sicher sehr unrealistisch, dass sich die komplette Landwirtschaft in diesem Ausmaß ändert. Dennoch gibt es aktuell schon sehr viele vorbildliche Projekte in der regenerativen Landwirtschaft, die auch auf großen Flächen funktionieren. Besonders die Bemühung in der Agroforstwirtschaft, Bäume auf die Felder zu bekommen, sind sehr zukunftssträftig. Wir wünschen uns, dass es in dieser Richtung weiter geht.



# JETZT ZUKUNFTSSICHER NEU STARTEN!

## Hier kommt Ihre Chance:

Starten Sie im Mai, August oder November eine **Ausbildung zum Lokführer** in Plattling, Regensburg, Neumarkt, Ingolstadt oder Ulm  
Alter und beruflicher Hintergrund: zweitrangig

## LOKFÜHRER WERDEN!

Qualifizierung zum Triebfahrzeugführer (m/w/d)

Besuchen  
Sie uns am  
**Sonntag, 18.6.23**  
auf dem Regensburger  
Bürgerfest in der  
Thundorferstraße



**MEHR UNTER:**  
[karriere.agilis.de](https://karriere.agilis.de)  
0941 - 206 089 301

ARBEITSPLATZ-  
SICHERHEIT  
BIS MINDESTENS  
2036

2.524 €  
AUSBILDUNGS-  
VERGÜTUNG

DAUER DER  
QUALIFIZIERUNG:  
9 MONATE

3.127 € +  
Ø 300 € Zulagen  
EINSTIEGSGEHALT

AUSBILDUNGS-  
KOSTEN  
ÜBERNIMMT AGILIS

ÜBERNAHME-  
GARANTIE NACH  
ERFOLGREICHEM  
ABSCHLUSS

BIS ZU  
34 TAGE  
URLAUB

FREIE FAHRT  
IN ALLEN  
AGILIS-ZÜGEN

BETRIEBLICHE  
ALTERSVORSORGE

### Herausgeber:

agilis Eisenbahngesellschaft mbH & Co. KG  
& agilis Verkehrsgesellschaft mbH & Co. KG  
Galgenbergstraße 2a  
93053 Regensburg  
Telefon: 0800 / 58 928 40  
(kostenlos aus dem deutschen Festnetz)  
marketing@agilis.de | [www.agilis.de](http://www.agilis.de)  
Alle Angaben ohne Gewähr.  
Änderungen und Irrtümer vorbehalten.

### Grafik/Layout/Redaktion:

OCAPY Design  
Angerstraße 16  
86179 Augsburg  
Telefon: 0176 / 47187822  
ocapydesign@yahoo.de

Für ein kostenloses Jahresabo einfach  
eine E-Mail mit Ihren Kontaktdaten  
an [marketing@agilis.de](mailto:marketing@agilis.de) senden.

### Bildnachweise:

Titel: I LOVE PNG/stock.adobe.com; S2/3: ©Till Winkler; ©Stadt  
Höchstädt; ©Tourismusverband Ostbayern, Gerhard Illig; manyakotic/  
stock.adobe.com; S4/5: ©d-ticket@cp-partner.de; ©Till Winkler;  
©agilis; S6/7: ©Erika-Fuchs-Haus; ©Universität Bayreuth; ©Franziska  
Schrödinger; ©A.Duchon; S.8/9: ©ManfLB; ©Stadt Höchstädt;  
S.10/11: alex9500/stock.adobe.com; ©Callwey Verlag; AnikaKarr/  
stock.adobe.com; acrogamel/stock.adobe.com; S12/13: Smlieus stock  
adobe.com; Sven Lägler/stock.adobe.com; AyKayORG/stock.adobe.  
com; oxie99/stock.adobe.com; ©Dietmar Denger; S.16/17: ©Touris-  
musverband Ostbayern, Gerhard Illig; ©Reinhold Möller S.18/19: ©Till  
Winkler; aphostory/stock.adobe.com; S.20/21: cirodela/stock.adobe.  
com; Oleksandr Pokusa/stock.adobe.com; S.22/23: lightpoet/stock.  
adobe.com; Antoine/stock.adobe.com; ©Naturerlebnishof Kulmbach;



Möchten Sie mehr über agilis wissen?

dann besuchen Sie uns auf [www.agilis.de](http://www.agilis.de)  
oder schauen Sie doch mal rein bei:



[www.facebook.com/agiliseisenbahn](https://www.facebook.com/agiliseisenbahn)  
[www.instagram.com/agiliseisenbahn](https://www.instagram.com/agiliseisenbahn)

Wir fahren  
für das **Bahnland  
Bayern**