



Oberpfälzer Wald

**8**

## Von Trausnitz zum Pfreimdtausee Rittersteig und Burg Trausnitz

2.30 Std.   8,3 km   ↗ 260 m   ↘ 260 m



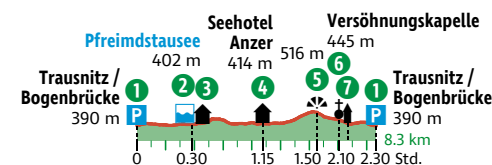
**Ludwig der Bayer und Friedrich der Schöne – der Kampf zweier Könige**  
 Vorbei am Pfreimdtausee zur Burg Trausnitz führt uns diese hügelige Geschichtstour. Zu Beginn genießen wir auf dem Rittersteig herrliche Blicke auf die Burganlage, die sich über dem Pfreimdtal erhebt. Nach einem Bad im Pfreimdtausee geht es um den Zeiselberg zur bewirtschafteten Ödmühle, ruhig an den Ufern der Pfreimd gelegen. Über den aussichtsreichen Kalvarienberg steigen wir ab ins Zentrum von Trausnitz. Dort besuchen wir die Kirche sowie die Versöhnungskapelle, die sich an den imposanten Sachsenturm mit seinen wehrhaften Zinnen schmiegt. Der Sachsenturm, datiert auf das Jahr 794, wird als das zweitälteste Gebäude in Deutschland angesehen. In der Kapelle hängt über dem Taufbecken eine alte sechsgliedrige Kette an der Wand. Das Bild darüber stellt die feierliche Aussöhnung zwischen Ludwig dem Bayer, im blauen Gewand, und Friedrich dem Schönen vor dem Altar dar. Das tragische Unheil nahm seinen Lauf, als am selben Tag im Jahre 1314 der Habsburger Friedrich der Schöne in Bonn und sein Vetter, der Wittelsbacher Ludwig der Bayer, in Aachen zum König gekrönt wurden. Zwei gewählte Könige, beide gekrönt ohne den Segen des Papstes, diese Situation konnte nur militärisch aufgelöst werden. Die Entscheidung brachte die Schlacht bei Mühldorf 1322. Friedrich unterlag und kam als Gefangener auf die Burg Trausnitz. An Händen und Füßen soll er an vier von den Ecken der Decke herabhängende Ketten geschmiedet gewesen sein. An Flucht war also nicht zu denken. Nicht umsonst hieß die Burg mit ihren hohen Außenmauern damals »Trau es nicht« oder einfach »Trausnicht«. Auf päpstlichen Druck hin kam es an Ostern 1325 zur Einigung und zur Freilassung Friedrichs. Der Vertrag zur »Trausnitzer Sühne« wurde in der eigens für diesen Anlass errichteten Versöhnungskapelle gefeiert. Vermutlich war Friedrich jedoch nie an Ketten gebunden. Nach Abgabe seines Ritterwortes saß er in »ritterlicher Haft«. Die Kette in der Kapelle ist vermutlich nur ein Andenken an Friedrichs Gefangenschaft. Hinter den starken Mauern von Burg Trausnitz versteckt sich heute eine Jugendherberge, an bestimmten Tagen kann die Burg jedoch im Rahmen einer Führung besichtigt werden.



Gastwirtschaft Seeterrasse am Campingplatz Trausnitz neben der Liegewiese.

**Ausgangspunkt:** Trausnitz, 448 m, Parkplatz mit Wandertafel an der Bogenbrücke, 390 m. Anfahrt über die A 93, Ausfahrt Pfreimd, im Ortszentrum rechts und dann abermals rechts über Stein nach Trausnitz. Am Ortseingang rechts Richtung Atzenhof über die Bogenbrücke und links am Abzweig zu Campingplatz und Werk Reisach parken (Navi: Seestraße, 92555 Trausnitz). Baxi SAD 8401, Tel. +49/(0)9431/8028005, von Wernberg Bahnhof, Pfreimd und Untersteinbach Bahnhof.  
**Anforderungen:** Rundtour auf meist markierten Pfaden und Waldwegen mit einigen kleinen Anstiegen.  
**Einkehr:** Gastwirtschaft Seeterrasse

am Campingplatz Trausnitz (Mo–Mi Ruhetag, Tel. +49/(0)9655/1304, [www.trausnitz-campingplatz.com](http://www.trausnitz-campingplatz.com)), Restaurant Seehotel Anzer in Ödmühle (Mo u. Do Ruhetag, Tel. +49/(0)9655/350), Gasthof Das Landhaus in Trausnitz (So 11–14 Uhr geöffnet, Tel. +49/(0)9655/321, [www.gasthof-das-landhaus.de](http://www.gasthof-das-landhaus.de)) und Café im Dorfladen (Mo–Fr 6–12.30 Uhr, Di–Fr 15.30–18 Uhr u. Sa 6–12 Uhr, Tel. +49/(0)9655/7563019).  
**Kinder:** Baden im Pfreimdtausee, der Besuch der Burg Trausnitz und ein Rittersteig sorgen für Abwechslung.  
**Tipp:** Führung auf Burg Trausnitz So um 14 Uhr, aber auch jederzeit nach Anmeldung unter Tel. +49/(0)9655/92150.







Am Stausee auf dem Weg zur Ödmühle.

Vom Parkplatz bei der **Bogenbrücke 1** in Trausnitz gehen wir wenige Meter Richtung Atzenhof und dann mit den Markierungen rotes Rechteck und Rittersteig (rotes Wappen) links in den Wald. Ein steiler Pfad führt kurzzeitig aufwärts, dann teilt er sich. Wir folgen dem Rittersteig nach links. Erst auf einem Pfad, dann auf einem Waldweg erreichen wir den Waldrand mit Aussichtsbank und Blick zur gegenüberliegenden Burg Trausnitz. Der Rittersteig führt bereits hier hinab zur Straße, wir aber bleiben auf dem Waldweg und zweigen erst gut 100 m weiter, an der Stelle, wo der Waldweg wieder anzusteigen beginnt, links ab und gehen mit Geländer gesichert hinab zur Straße. Vor der Brücke zweigt ein mit dem gelben S des Goldsteigs markierter Weg rechts zu einer Wiese an der Pfreimd ab. Wir gehen im Gänsemarsch am rechten Wiesenrand entlang, dann leitet uns die Markierung hinauf zur Zufahrtsstraße eines Wasserkraftwerks. Kurz vor dem Kraftwerk steigen wir rechts

die Stufen hinauf zur Brücke über das Stauwehr. Hier verlassen wir den Goldsteig und gehen links über die Brücke. Auf der anderen Seite erklimmen wir einige Stufen, dann folgen wir dem Pfad nach rechts zur Liegewiese am **Pfreimdtausee 2**. Nach einem erfrischenden Bad geht es an der **Gastwirtschaft Seeterrasse 3** vorbei hinauf zur Straße oberhalb des Campingplatzes.

Wir wenden uns nach rechts und folgen dem Schotterweg. An der Waldecke steigen wir den Feldweg links hinauf und gelangen an einer Streuobstwiese vorbei zu einem Asphaltweg, wo sich ein schöner Blick zurück zum Stausee bietet. Rechts leitet uns das Sträßchen mit der Markierung roter Kreis bald wieder leicht bergab. Der Blick öffnet sich rechts nach Tannesberg und links nach Reisach. An einem Marienbildnis am Waldrand zweigen wir dem roten Kreis folgend links ab und gehen erst am Waldrand entlang, dann auf einem Waldweg hinab zum Stauseeufer. Auf einem Pfad setzt sich der Weg etwas oberhalb des Sees fort, geht wieder in einen Waldweg über und trifft erneut auf eine Brücke. Wir gehen nicht über die Brücke, sondern links auf dem Sträßchen nach Ödmühle und zum **Restaurant Seehotel Anzer 4** mit schöner Terrasse.

Hinter dem Restaurant biegen wir mit dem blauen Kreis rechts ab und wandern auf einem Schotterweg pfreimdaufwärts weiter. Etwa 10 Min. später zweigt kurz vor einer Wiese ein Waldweg links ab. Am Beginn der Wiese – etwas weiter befindet sich eine Bank – steht auch der dazugehörige Wegweiser. Hier biegen wir auf dem Goldsteig links ab und steigen hinauf zum erwähnten Waldweg. Dieser führt erst an einem Bächlein entlang, schwenkt nach

links, dann nach rechts und steigt mehrere Waldwege kreuzend den Kalvarienberg hinauf. Am Waldrand biegen wir mit dem Goldsteig links ab und folgen dem Schotterweg zu einer Aussichtsbank. Nun geht es kurz auf Asphalt weiter bergab, dann schwenken wir nach rechts zum Kreuzweg und finden einen herrlichen Rastplatz am **Kalvarienberg 5** mit Blick über Trausnitz.

Nach einer Rast steigen wir den Kreuzweg hinab und gehen dann auf dem Sträßchen zum Ortsrand von Trausnitz. Dem roten Kreis folgend wenden wir uns nach links und gehen am Parkplatz vorbei zur Pfarrkirche Sankt Josef. Hinter dieser finden wir im Friedhof den verschlossenen Sachsenturm und unterhalb die **Ver-söhnungskapelle 6** mit der Kette über dem Taufbecken. Treten wir aus der Kapelle, verlassen wir den Friedhof nach links, steigen die Stufen hinab und gehen am Brunnen rechts, dann links zum Gasthof »Das Landhaus«. Unterhalb des Gasthofs geht es rechts haltend durch das Tor zur **Burg Trausnitz 7**.

Wunderbarer Blick über das Pfreimdtal zur Burg Trausnitz.



## Oberpfälzer Wald

Zum Rittersteig geht es hinter dem Speisesaal rechts und dann links talwärts zum großen Lagerfeuerplatz (alternativ können wir auch geradeaus durch das kleine Eisentor hinab zum Feuerplatz steigen). Hier biegt der Rittersteig rechts ab, führt die Stufen hinab und dann geradeaus hinauf zu einer Bank und Infotafeln mit QR-Code für Hörgeschichten. Nun geht es auf einem Pfad am Hang entlang. Am nächsten Abzweig besteht die Möglichkeit, auf einem mit Geländer gesicherten Weg zum Café im Dorfladen aufzusteigen (2 Min.). Der Hangpfad erreicht eine weitere Aussichtsbank und schwenkt dann rechts hinauf zur Straße. Wir gehen links und am nächsten Abzweig mit der Markierung des Rittersteigs rechts (Schild: Hauptstraße 13 und 14) auf dem Schotterweg parallel zur Straße weiter. An der nächsten Gabelung links in den Grasweg und dann weglos links hinab zu einem Asphaltweg, der wieder zur Straße führt. Auf dieser wandern wir schließlich hinab zur **Bogenbrücke 1** und zum Parkplatz.