

Der Quellenweg Heidenheim am Hahnenkamm

Am nördlichen Hahnenkamm befindet sich ein Rundwanderweg mit mehreren Einstiegsmöglichkeiten und Parkmöglichkeiten (für meist nur einige Fahrzeuge).

Wenn man am Hahnenkamm wandert, sollte man sich nicht zu große Strecken vornehmen, weil es hier viele Steigungen gibt und die Wege teilweise sehr naturnah sind.

In der Nähe des Quellenweges gibt es natürlich etliche Quellen, beachtenswert sind an vier Stellen sogenannte Steinerne Rinnen in unterschiedlich starken Ausprägungen zu sehen. *Steinerne Rinne* wird das durch Ausfällung von Kalziumkarbonat entstandene, quellnahe Hochbett eines Baches in Karstlandschaften genannt. Sie erheben sich über das Niveau des angrenzenden Bodens und stehen als geologische Naturdenkmäler unter Schutz.

Der Quellenweg ist in beiden Richtungen ausgeschildert, er verläuft in vielen Teilen parallel zu anderen Wanderwegen, zum Altmühl Panoramaweg, zu den Schlaufenwegen 3 und 4 und zu örtlichen Wanderwegen.

Es gibt viele Möglichkeiten den Quellenweg zu nutzen:

1. Man geht die **große Runde** und damit **27 Kilometer mit ca. 660 Höhenmetern**. Dafür muss man selbst als geübter Wanderer mit einer ausgezeichneten Kondition einen ganzen Tag, am besten im Frühsommer ansetzen. Die reine Gehzeit für die beiden Bögen Ost und West, also die komplette Runde beträgt **ca. 7 ½ Stunden**. Eine kleine Abkürzung beim Klärweiher in Heidenheim, bzw. bei der Abzweigung zum Kreuthof spart etwa 20 Minuten Zeit ein. Es gibt auf der Runde keine Möglichkeit mehr in einem Gasthaus einzukehren. Einkaufsmöglichkeiten gibt es auch nicht, dafür sehr viel Natur. An den *Sieben Quellen* gibt es eine Wetterschutzhütte. Beginnen kann man die Runde an allen mit P gekennzeichneten Stellen. Der größte Parkplatz befindet sich am Gelben Berg.
2. Man geht den **Bogen Ost** und kürzt über die **Sehne** durch Heidenheim ab. Auch das ist eine anspruchsvolle Runde mit einer Länge von **20,5 Kilometern und 500 Höhenmetern**. Die reine Gehzeit beträgt hier **knapp 6 Stunden**. Einkehrmöglichkeiten finden wir in Heidenheim, hier gibt es auch einen Bäcker, einen Metzger und ein Lebensmittelgeschäft, bitte Ruhetage beachten. Als Ausgangspunkte sind der Parkplatz am Gelben Berg, an der Steinernen Rinne in Wolfsbronn oder in der Ortsmitte von Heidenheim, am Rathaus zu empfehlen.
3. Man geht den **Bogen West** und kürzt über die **Sehne** durch Heidenheim ab. Die Runde weist eine Länge von **17 Kilometern und einen Höhenunterschied von ca. 380 Metern** auf. Mit **4 ½ Stunden** reiner Gehzeit muss man auf dieser Strecke rechnen. Eine kleine Abkürzung beim Klärweiher in Heidenheim, bzw. bei der Abzweigung zum

Kreuthof spart etwa 20 Minuten Zeit ein. Einkehrmöglichkeiten finden wir in Heidenheim, hier gibt es auch einen Bäcker, einen Metzger und ein Lebensmittelgeschäft, bitte Ruhetage beachten. Starten kann man die Runde am besten am Rathaus in Heidenheim.

4. Darüber hinaus kann man den Quellenweg in Zusammenhang mit anderen Wanderwegen nutzen. So kann man bei der Möglichkeit 3 vom Rechenberg aus auf dem Wanderweg 7 direkt nach Heidenheim gelangen. (Nördliche Variante 9 Kilometer , ca 2 $\frac{3}{4}$ Stunden, südliche Variante 12,5 Kilometer, ca 3 $\frac{1}{2}$ Stunden)
5. Wenn der östliche Bogen zu lang wird, kann man an der Kreuzung der Staatsstraße 2218 über den Frankenweg und Main-Donau- Weg nach Heidenheim abkürzen. (Nördliche Variante 16 Kilometer , ca 4 $\frac{3}{4}$ Stunden, südliche Variante 6 Kilometer, knapp 2 Stunden)

Beschreibung der Wanderung (gesamte Runde) vom Gelben Berg aus

Wir beginnen unsere Wanderung am Fuße des Gelben Berges, überqueren die Staatsstraße und biegen links in die schmale Straße Richtung Kurzenaltheim ab. Fast unten im Tal biegen wir rechts in den Wald ein. Nach ca. 400 m treffen wir auf die Überreste der mutwillig fast völlig zerstörten Steinernen Rinne von Kurzenaltheim. Mit dem Altmühl-Panorama-Weg zusammen geht nun unser „QW“ durch das Tal. Nach einer längeren Wald-Passage an der Papiermühle vorbei gelangen wir ins Dorf Wolfsbronn. Wir verlassen das Dorf in Richtung Süden und gelangen zur Steinernen Rinne Wolfsbronn, der schönsten der Kalktuff-Quellen am Hahnenkamm. Unterhalb und auch oberhalb dieser Attraktion sind Parkplätze. Wir gehen an der Rinne entlang hinauf, bis der Wald zu Ende ist und biegen oben nach rechts ab. Weiter geht es über die Flurwege und den ehemaligen Standortübungsplatz der Bundeswehr (gemeinsam mit dem Schlaufenweg 4 bis Hechlingen). Der große Funkturm, der rechts am Dürrenberg sichtbar ist, markiert die höchste Erhebung des Hahnenkamms mit 656,4 m ü NN. Am Schullandheim vorbei, zwischen den Windrädern hindurch begleitet uns ein Stück der „Umwelterlebnispfad“ mit interessanten Stationen. Weiter geht's durch den Wald hinunter nach Eggenthal. (Von hier aus kann man über die Sehne des Quellenwegs nach Heidenheim gelangen.) Vor dem Bauernhof führt der Weg links und in den Wald Richtung Hechlingen am See. Oberhalb der Scheckenmühle geht der Weg geradeaus zur Steinernen Rinne Hechlingen. Nach der Besichtigung wenden wir, gehen 250 m zurück auf dem Weg Richtung Scheckenmühle. Hier folgen wir der Staatsstraße 2384 für 100m links nach Süden und biegen anschließend rechts in den Flurweg ein. Einige Weiher bleiben rechts liegen, bevor der Weg links zum Kreuthof abbiegt. Wer will, kann hier geradeaus, weiter auf dem Flurweg und Radweg am Bach entlang ca. 20 Minuten abkürzen.

Durch den Kreuthof gehen wir auf die befestigte Straße bergab zur Hauptstraße. Wir biegen rechts auf die Straße ab. Auf dem Rad- und Fußweg geht es nach links weiter, bis wir wieder links in Richtung Sieben Quellen bergauf abbiegen. An den „Sieben Quellen“ mit ihren vielen Zuflüssen lädt ein Rastplatz mit Sitzgruppe und Schutzhütte zur Pause ein. Auf schattigen Forstwegen durch den Wald wandern wir zum Rechenberg. Hier genießen wir den Ausblick, der mit viel Glück bei Föhnwetter bis zu den Alpen reichen kann! (Auf dem Wanderweg 7 kann man von hier in gut 30 Minuten nach Heidenheim abkürzen). Am Waldrand entlang, rechts liegt der Kohlhof, gehen wir später links durch den Wald und überqueren die Staatsstraße 2218, um nahe am Waldrand mit Blick auf den Obelshof in Richtung Spielberg zu wandern. Ein kleines Stück müssen wir später auf der Straße gehen, bis links das Schloß Spielberg zu sehen ist. Wir biegen rechts ab, wählen später den unteren Weg und gelangen zur nördlichen Abzweigung der Sehne des Quellenwegs. Wenn wir einen kleinen Abstecher auf diese Sehne machen wollen, erreichen wir rechts im Wald eine Quelle, die Käsrinne. Hier können Sie getrost Ihren Durst stillen. Früher haben schon die Markgrafen von Ansbach ihr Trinkwasser hier holen lassen. Von der Quelle aus 100 m zurück, führt uns der „QW“ nach links zu einer Sport-Schießanlage. Haben wir diese passiert, biegen wir unmittelbar dahinter rechts ab, wandern erst am Waldrand und später durch den Wald wieder zum Gelben Berg zurück. Wenn die Kraft noch nicht nachgelassen hat, sollten Sie sich den weiten Rundblick vom Nordrand des Berges über das Altmühltal nicht entgehen lassen.