

Erholung vor den Toren Regensburgs



- Naturerlebnispfad
- Waldlehrpfad
- Legenden- und Sagenweg

Informationsmaterial und weitere Auskunft

Marktplatz 24 · 84085 Langquaid
Tel.: 09452/912-0 · Fax.: 09452/912-42
www.langquaid.de
rathaus@langquaid.de



Donaupark 13 · 93309 Kelheim
Tel.: 09441/207-330 · Fax: 09441/207-339
www.tourismus-landkreis-kelheim.de
info@tourismus-landkreis-kelheim.de



Impressum
Konzept: Markt Langquaid und I. Dunkel-Littel
Texte: I. Dunkel-Littel
Layout/Grafik: J. Hagl
Fotos: I. Dunkel-Littel, M. Littel, Tourismusverband
Druck: Kelly-Druck, Abensberg
Herausgeber: Markt Langquaid



Ausgangspunkt: Marktweihergebiet

● **Start und Ziel** aller Wege ist am Marktweihergebiet. Eine große Übersichtstafel gibt Ihnen hier einen Überblick über alle hier startenden Wege und Lehrpfade. Hier warten auch noch weitere Erlebnis- bzw. Erholungseinrichtungen wie z.B. Tische und Ruhebänke oder ein über 100m langer Barfußpfad auf Sie. Finden Sie Ruhe und Entspannung in der Natur um Langquaid. Wir wünschen Ihnen viel Vergnügen und eine gute Erholung!



Langquaid Marktweiher



Start und Ziel

Barfußpfad

Sie wollen Langquaid genauer kennenlernen und sich in der freien Natur um Langquaid erholen und Kraft tanken?

Barfußpfad
Der über 100 m lange Fußfühlpfad bietet neben einer kostenlosen Fußreflexzonenmassage die Möglichkeit, mit den Füßen sehen zu lernen.



Historische Marktwanderung
Anhand einer Begleitbroschüre können Sie die Geschichte Langquaid's und seiner Häuser nacherleben.



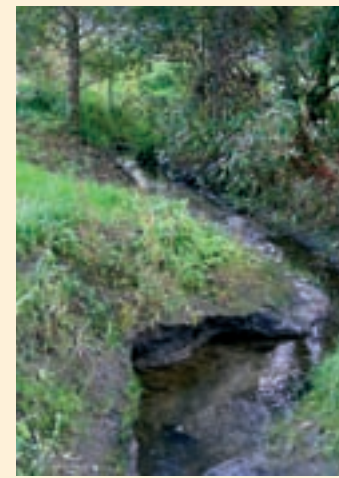
Langquaid Bockerl Große Laaber-Radweg
Fahrten mit dem historischen Zug, dem Langquaid Bockerl und der Große Laaber-Radweg laden sie ein, die Landschaft und Natur um Langquaid näher kennenzulernen. Der Große Laaber-Radweg ist ca. 80 km lang und führt Sie von der Quelle der Laaber bei Volken-schwand bis zu ihrer Mündung in die Donau bei Straubing.



Laabertaler Wallfahrtsweg
Der 44,4 km lange Rundweg für Radfahrer führt Sie zu zehn wichtigen Kirchen und Wallfahrtsorten. In einem Flyer erfahren Sie mehr zu den einzelnen Kirchen, Wallfahrtsgeschichte allgemein und über die Hintergründe der einzelnen Wallfahrten.

Naturerlebnispfad

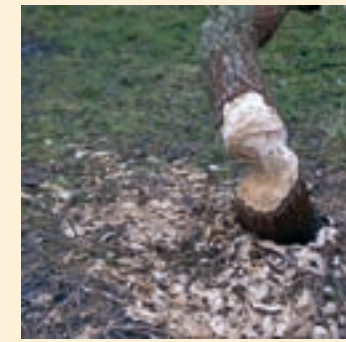
Auf etwa 3 km Länge erfahren Sie in mehreren Stationen Wissenswertes zum Thema Wasser und seiner Rolle in unserer heutigen Kulturlandschaft.



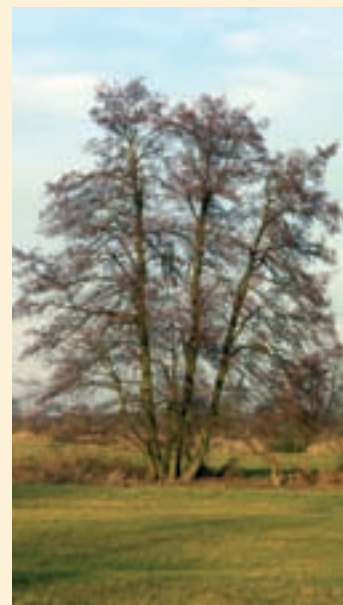
Sie können auch die Bewohner des Wassers selbst beobachten. Sehen Sie mit den Augen einer Libelle!

Stationen Naturerlebnispfad

- Kreutbach – der Bach in der Landschaft
- Hangquellaustritte – Weiher und Erlenquellwald
- Feuchtwiese und Insektenauge
- Unser Marktweiher – Ein Biberlebensraum
- Zurück zur Natur



1) Admiral
2) Erle
3) Biberspuren



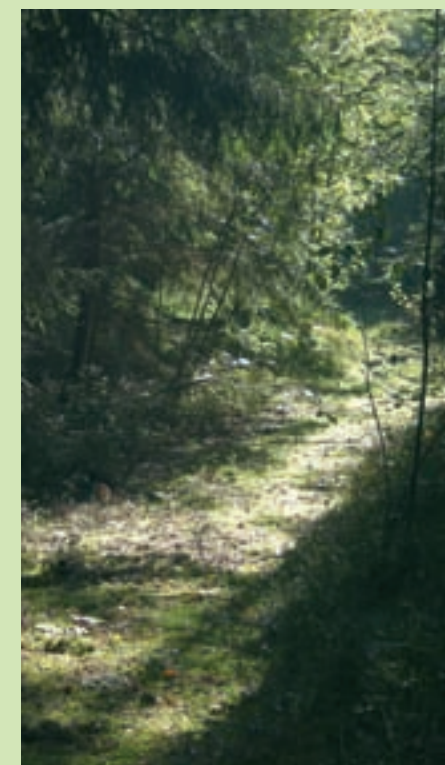
- Ausgangspunkt
- Naturerlebnispfad
- Waldlehrpfad
- Legenden- und Sagenweg

0 500m 1000m



So kommen Sie nach Langquaid

Langquaid erreichen Sie auf der A93 Ausfahrt Hausen oder Ausfahrt Bachl/Abensberg, über die B15 über Schierling oder von der B16, Ausfahrt Abensberg über Offenstetten.



Begehen der Wege auf eigene Gefahr!

Bitte nehmen Sie Ihren Hund an die Leine und beunruhigen Sie keine Wildtiere!

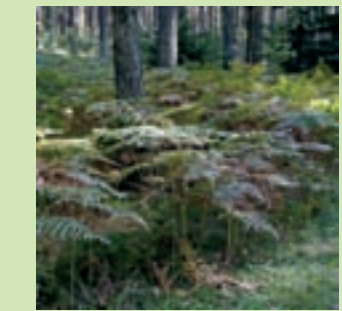
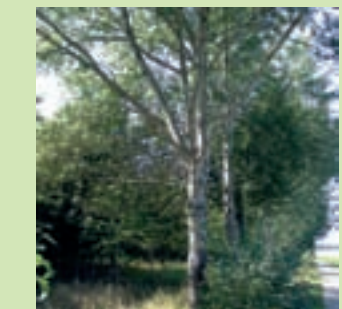
So zeigen Sie Rücksicht und Verantwortung gegenüber der Natur.

Vielen Dank!

Festes Schuhwerk nicht vergessen – die Wege sind oft nicht befestigt.

Waldlehrpfad

Der etwa 6 km lange Rundweg lädt zum Entdecken des Waldes ein. Die Wege sind zum großen Teil nicht befestigt. Es geht über weichen Waldboden, über Wurzeln und durch Pfützen oder leicht befestigte Waldwege. An fast 20 einzelnen Posten können Sie Interessantes und Wissenswertes spielerisch entdecken, ausprobieren oder nachempfinden. Sie werden staunen, was der Wald alles zu bieten hat. So lernen sie Baumarten wie die Eiche, die Buche, die Kiefer und Fichte näher kennen, können ein Baumtelefon ausprobieren und an einem Holzdidaktikum testen, ob Sie die verschiedenen Holzarten unterscheiden können.



1) Zitterpappel 2) Adlerfarn 3) Rainfarn

Stationen Waldlehrpfad

- Die Landschaft um Langquaid näher betrachtet
- Die Zitterpappel – ein Sprinter
- Tierspuren im Wald
- Die Eiche – Symbol der Ewigkeit
- Die Rotbuche – der Ureinwohner
- Fichtenreinbestände – Vor- und Nachteile
- Der Baumkrebis
- Pfeifengras und Adlerfarn
- Baumtelefon – auch Spechte telefonieren
- Die Sandbirke – Zeuge der Eiszeit
- Die Fichte – ein „Gebirgler“
- Welches Holz ist von welchem Baum?
- Die Kiefer – anspruchslos und unentbehrlich
- Der Faulbaum
- Die Strobe – ein amerikanischer Einwanderer
- Tiersprung – wer springt weiter?
- Der Rainfarn
- Zu welchem Baum gehört der Zapfen?
- Jahresringe verraten das Alter

Wie komme ich zum Marktweiher?

Zu Fuß
Sie gehen vom Marktplatz zur Hintere Marktstraße, die parallel zum Marktplatz verläuft, dann links die Hintere Marktstraße entlang, so dass Sie sich von der Kirche immer weiter entfernen. Nach einem Rechtsbogen geht's geradeaus bis zu den Weihern. Hier gehen Sie zwischen dem ersten und mittleren Marktweiher entlang und biegen dann nach links, bis Sie den Rastplatz mit großer Tafel sehen.

Mit dem Auto
Auf der Umgehungsstraße kommend nehmen Sie (aus Richtung Abensberg) die erste Abfahrt nach Langquaid, aus Richtung Schierling kommend die zweite Abfahrt nach Langquaid und aus Richtung Kelheim fahren Sie auf die Umgehungsstraße Richtung Abensberg, dann die nächste Ausfahrt wieder herunter und biegen gleich links ab, dann wieder links in den ersten Feldweg. Hier können Sie ihr Auto parken.



Legenden- und Sagenweg



Der ca. 15 km lange Wanderweg führt entlang der Talflanke des Laabertals auf gut ausgebauten Feldwegen nach Süden und biegt kurz vor St. Koloman ab in den großen Wald hinter Hagenach, den Sinsbucher Forst. Dort geht es weiter auf Pfaden vorbei an der Sinsburg Richtung Süden. Der Weg biegt am südlichen Waldrand wieder Richtung Osten ab. Am 13-Türme-Blick geht es zurück über St. Koloman zum Marktweiher. Man blickt hinunter ins Laabertal.

Tal der Großen Laaber – eine historische Kulturlandschaft



Das Tal der Großen Laaber gliedert hier die Landschaft des Donau-Isar-Hügellandes. Es handelt sich um ein breit angelegtes Sohletal. Die Große Laaber, ein frei mäandrierender Wiesenbach, entspringt bei Volkenschwand und mündet bei Straubing in die Donau. Sie können die Laaber auf dem Großen Laabertal-Radweg vom Ursprung bis zur Mündung begleiten. Die randlichen Talflanken und Terrassen sind mit Lößlehm bedeckt. In der Laberaue dominieren grundwasserbeeinflusste Aueböden. Das Laabertal ist traditionelles Grünlandgebiet mit vielen seltenen Tier- und Pflanzenarten. Es ist ein Wiesenbrütergebiet. Die hier brütenden Vogelarten errichten ihre Nester auf dem Boden in der Wiese, wie z.B. der sehr seltene Brachvogel oder der Kiebitz. Im Labertal sind Wiesen unterschiedlichster Nutzungsintensität und unterschiedlicher Feuchtgrade zu beobachten: Niedermoorwiesen, Nass- und Feuchtwiesen, intensiv genutztes Wirtschaftsgrünland. Ja nach Nutzung und Feuchtgrad der Wiesen kann man verschiedene Pflanzenarten und Pflanzengesellschaften beobachten. Ohne Mahd oder Beweidung würden sich Gehölze einstellen und die Wiesen allmählich verbuschen.

Die Eiche – Heiligtum der Germanen



Eiche

Eichen werden in etwa 500 Jahre alt. Unter günstigen Bedingungen können sie sogar bis zu 2000 Jahre alt werden. Der Laubausbruch der Eichen läutet den Erstfrühling ein. Eicheln, die Früchte der Eiche, werden durch Eichhörnchen, Hamster, Mäuse oder Eichelhäher ausgestreut und dienten früher der Schweinemast oder wurden zu Eichelkaffee gemahlen. Ein reichliches Fruchten der Eiche (Eichelmast) bedeutet im Volksglauben eine gute Ernte, aber auch einen bevorstehenden strengen Winter mit viel Schnee. Die Germanen verehrten die Eiche als Heiligtum. Sie war dem Gewittergott Donar geweiht. Dies vielleicht auch deswegen, weil sie so häufig vom Blitz getroffen wird. Im Volksglauben spielt die Eiche als heiliger Baum eine große Rolle.



Eichenlaub

Marieneichen sind, oft in Verbindung mit einer Wallfahrtsstätte, weit verbreitet. Bekannt ist etwa der Wallfahrtsort Maria-Eich bei Planegg. Viele Ortsnamen lassen sich von der Eiche ableiten, wie z.B. Eichbühl oder Eichstätt. Siedler bei Eichenbeständen sind z.B. Aichner, Aigner, Eigner, Eichinger.

Aus Naturschutzgründen sollen die Talwiesen hier extensiv genutzt werden. Auf eine Düngung soll auch aus Gründen des Gewässerschutzes verzichtet werden. Ackernutzung im Tal hat erheblichen Düngereintrag in die Gewässer zur Folge. Bei Überschwemmungen wird wertvoller Boden davongetragen. Auch dieser verunreinigt und belastet die Gewässer.

Das Labertalprojekt ist ein Naturschutzprojekt, bei dem man versucht, die Belange der Wasserwirtschaft, der Landwirtschaft und des Naturschutzes gemeinsam zu lösen. Entlang des Flusses entstehen Pufferstreifen und Gehölzsäume, die die Wasserqualität verbessern und die naturnahe Entwicklung des Flusses gewährleisten sollen. Flächen werden für den Naturschutz angekauft, damit wertvolle Bereiche geschützt und entwickelt und Lebensräume langfristig gesichert werden können. Auch der Storch, der in Langquaid neben dem Rathaus nistet, geht hier auf Nahrungssuche. Auf den höher gelegenen Standorten und an den flacheren Talflanken wird Ackerbau betrieben. Die steileren Hänge sind meist bewaldet.

Ein Siedlungsband zieht sich entlang des Terrassenrandes auf der Grenze zwischen Ackerlagen und den feuchten Talwiesen. Historisch gesehen lagen Siedlungen also am Talrand, nicht im Überschwemmungsbereich der Flüsse und Bäche.

Sinsbucher Forst

Es schließt sich der Sinsbucher Forst an. „Sinsbuch“ heißt soviel wie „der große Buchenwald“ (sintpuch – sint = groß, puch = Buche). Hier war die Buche, wie ehemals im gesamten Raum, Hauptbaumart. Ohne den Eingriff des Menschen wären unsere Wälder, bis auf wenige Ausnahmen auf Sonderstandorten oder in höheren Lagen, von der Buche geprägt.

Die Rotbuche – Namensgeber vieler Orte



Buche

In natürlichen Buchenwäldern ist nur eine geringe Beimischung anderer Baumarten zu finden, da die Buche mit ihrem Schattenwurf die meisten anderen Arten verdrängt. Sie wird ca. 30m hoch, hat eine graue, glatte Rinde und zeichnet sich durch ihre breite und dichte Krone aus.

Hier im Raum war die Buche schon früher weit verbreitet, worauf noch zahlreiche Ortsnamen wie z. B. Buchhof und Pullach (= lichter Buchenwald) oder Sinsbucher Forst (= großer Buchenwald) hindeuten. Sogar der Name des Buches leitet sich von dem Baum ab, da die früheren Schreibtafeln aus Buchenholz geschnitten waren. Das Austreiben der Buche gilt bei vielen Bauern als eine Voraussage für die kommende Ernte: „So lange vor oder nach Georgi (= 23. April) der Buchenwald grün wird, so lange vor oder nach Jakobi (25. Juli) fällt die Ernte.“



Buchenzweig



Eingang Sinsburg

Sinsburg
Der große, völlig bewaldete Ringwall, der Sinsburg oder auch Gschlößl genannt wird, hat schon zu vielerlei Geschichten und Vermutungen Anlass gegeben. Es handelt sich um einen vermutlich aus dem Frühmittelalter (um 700 – 1000 n. Chr.) stammenden Ringwall, also nicht um eine Kelten- oder Römerschanze und auch nicht um ein ehemaliges Schloss, wie immer wieder erzählt wird. Eine genaue Datierung der Anlage oder Aussagen über den Zweck des Walls sind bisher nicht möglich. Die Wallanlage weist einen ca. 200 m² großen Innenraum auf und ist außen von einem ca. 3m tiefen Graben umgrenzt. Die Wälle sind ebenfalls ca. 3m hoch. Etwas südlich der Mitte der Ostfront befindet sich eine Toranlage.

Die Legenden um Langquaid erzählen freilich, dass im Sinsbucher Forst ein großes, stattliches Schloss gestanden hat, das später versank. Die Pfarrkirche in Herrnhahlthann soll so schon zu Zeiten des heiligen Ruperti von lauter Quaderstücken erbaut worden sein, die von einem „verfahlen Schloss auf dem Sünspuech“ hergenommen wurden. Rupert, der „Apostel Bayerns“, lebte Mitte bis Ende des 7. Jahrhunderts und wirkte auch in Regensburg. An der Sinsburg vorbei ging auch einmal die „Ochsenstraße“. Im Laufe der Jahrhunderte wurde ihre Trasse immer wieder verlagert. War eine Spur ausgefahren, vom Regen ausgewaschen und schlecht passierbar, wurde eben neben der alten Trasse gefahren. Schon die Nibelungen sollen der Sage nach über diese nach Ungarn, und damit ihrem Untergang entgegen, gezogen sein.



Im Sinsbucher Forst

Die Kiefer – bewohnt von Hexen



Kiefern

Wo die Sandböden um Langquaid Wald tragen, bildet die Kiefer die Hauptbaumart. Die jetzige Verbreitung der Kiefer ist aber größtenteils forstlich bedingt. Ihr Name leitet sich ab von Kien »Kienspan, Fackel, Nadelbaum« und Föhre, einem urgermanischen Baumnamen. Der Name Mantel für Föhre ist auf den bayerischen Sprachraum begrenzt.



Kiefernwald bei Langquaid, im Vordergrund die Kiefer, im Hintergrund Buchen



Der Volksmund berichtet von alten Föhren, in denen Hexen oder der Teufel hausen sollen und von Kiefern mit Kripelpelten (Misteln), unter welchen man einen vergrabenen Schatz finden soll.



Römerhelm

Mit diesem Weg verfolgten sie den gleichen Zweck, der schon beim Bau der Straße entscheidend war, nämlich das Donauknie bei Regensburg abzuschneiden, wodurch ein enormer Zeitgewinn für sie möglich war. Die Ochsenstraße war eine wichtige Verkehrsanbindung zu Zeiten der Römer. Sie stellte die kürzeste Verbindung von Straubing nach Eining (Römerkastell) dar. Der Name „Ochsenstraße“ soll daher kommen, dass auf diesem Verkehrsweg die Viehherden von der ungarischen Tiefebene nach Westen getrieben wurden. Eine andere Deutung des Namens verweist auf eine Verballhornung von „Augustus-Straße“.

Im 10. Jahrhundert herrschte in Ostbayern die große Ungarnnot. Mordend und plündern fielen die Madjaren (Ungarn) über die Gegenden um Passau, Straubing und Regensburg her, verwüsteten ganze Landstriche und ließen kaum Überlebende zurück. Sie waren mit ihren Pferden wie verwachsen und verstanden es hervorragend mit Pfeil und Bogen umzugehen. Sie schafften es fast den bairischen Stamm in der Schlacht bei Preßburg im Jahre 907 auszulöschen. Es dauerte Jahre bis sich das bairische Volk von diesem Aderlass wieder erholte. Die Landbevölkerung, die von keiner schützenden



Stadtmauer umgeben war, nutzte damals die Schanzen und Befestigungsanlagen aus keltischer bzw. römischer Zeit, um sich und ihr Vieh vor den ungarischen Angreifern in Sicherheit zu bringen.

So soll auch die Sinsburg als Fliehburg vor den Ungarneinfällen gedient haben. Freilich ist sie wohl kaum keltischen oder römischen Ursprungs.

Im Sinsbucher Forst

Die Fichte – Mai- und Weihnachtsbaum



Fichten

In der Volkskunde spielt die Fichte, abgesehen von ihrer Bedeutung als Mai- und Weihnachtsbaum, kaum eine Rolle. In der Volksmedizin wurde die Fichte manchmal als Mittel gegen Gicht verwendet. Mit den Beschwörungsworten „Guten Morgen, Fichten, heil mir meine Gichten“ sollte die Krankheit auf den Baum übertragen werden. Ortsnamen, die auf die Fichte zurückzuführen sind, sind z. B.



Feucht, Feuchten, Feuchtwangen oder Viechtach oder die Familiennamen Fichtl, Fichte, Feichtinger u.s.w..

Fichte im Sinsbucher Forst



Wanderer im Sinsbucher Forst

Auch Abteien und Klöster blieben von den Ungarn nicht verschont und fielen nach der Plünderung oftmals den Flammen zum Opfer. Im Jahre 913 gelang den Baiern endlich ein größerer Triumph über die ungarischen Feinde, dem dann eine 25-jährige Friedenszeit folgte. Danach begannen die Ungarn erneut, Streifzüge durch ganz Bayern zu führen. Doch diesmal verbündeten sich Baiern, Franken, Schwaben und Sachsen und schlugen die Ungarn in der Schlacht auf dem Lechfeld bei Augsburg im Jahre 955 vernichtend. Zu Beginn des fünften Jahrhunderts tobte in dieser Gegend ein blutiger Kampf zwischen dem „römischen Herzog“ Generidus und deutschen Volksstämmen. Diese bestanden aus fünfhunderttausend Mann. Als Überbleibsel römischer Lager gelten z.B. Rottenburg, Schierling und Sintspuch. Eine Legende erzählt, dass vom Sintspuch weg bis Langquaid und Sandsbach ein furchtbarer Kampf stattfand. Es ist überliefert, dass in einem Gefecht bei Sintspuch so viel Blut floss, dass ein Seitenbach der Laaber vom Blut rot gefärbt war. Deshalb heißt dieser Seitenarm auch Mordbach.

Grabhügel
Im Wald Richtung Adlhausen findet man Grabhügel. Diese stammen vermutlich aus der Bronzezeit. Zwei der Hügel sind durch große Gräben gestört. Weiter im Waldinneren liegt ein großes Grabhügelfeld aus 34 unterschiedlich großen Grabhügeln aus der älteren Bronzezeit. Die Bronzezeit folgte nach der Jungsteinzeit ca. 2000 bis 1300 v. Chr. Man bestattete die Toten unter aufgeworfenen Erdhügeln. Meist waren es Körperbestattungen in Grabkammern, es gab aber auch Brandbestattungen.

Vielfach knüpfen sich Legenden an alte Bäume, in denen wir wohl zum Teil den Rest eines alten Baumkultes sehen dürfen, der später dann christliche Formen annahm. Oft wurde von wundertätigen Heiligen-, meist Marienbildern berichtet, die in Bäumen und Sträuchern erschienen oder gefunden wurden.

Der 13 Türme-Blick

Anfangen von Südosten: hinter einer Hecke ist die Kirchturmspitze von Adlhausen sichtbar, links davon im Hintergrund die Kirchen Niedereulenbach und Högeldorf. Bei sehr klarer Sicht sind auch Schaldorf und Pattendorf zu sehen.

Weiter links thront die Kirche von Laaberberg über dem Laabertal und links im Vordergrund – hinter einem mit einem Gehölz bewachsenen Hügel – der Turm der Kirche von Laaber. Kitzenhofen ist durch ein Gehölz verdeckt. Fast geradeaus vor uns im Vordergrund liegt Leitenhausen, links dahinter Sandsbach, ganz am Horizont Aufhausen (2 Kirchen), Schierling, Niederleierndorf, Oberleierndorf und schließlich St. Koloman im Vordergrund. Weiter links zwischen dem Lagerhaus und dem Feuerwehrturm ist die Kirche St. Jakob in Langquaid zu sehen.



13-Türme-Blick, vorne: Kirche von Leitenhausen, hinten: Kirche von Sandsbach

St. Koloman

Die Legende erzählt, dass in früheren Zeiten ein Schloss im Sinsbucher Forst gestanden haben soll. Als der Schlossherr mit seiner Gattin über die nahen Felder ging, haben sie an einer bestimmten Stelle die Sterbeglocken ihres Sohnes, der in Wien lebte, gehört. Sie ließen genau an dieser Stelle eine Kapelle, nämlich St. Koloman, errichten.

St. Koloman bei Langquaid