

FASZINIEREND  
UNTERHALTSAM  
RICHTIG ERHOLSAM

URLAUB IM RADL- UND WANDERPARADIES

# DER LAMER WINKEL



Verschiedene Studien belegen das, was wir längst vermutet haben: Ein paar Stunden in der wunderschönen Natur in unserer Region sind erholsamer als so mancher Urlaub auf fernen Inseln. Schon einige Minuten im Wald wirken sich demnach äußerst entspannend und damit sehr positiv auf das Herz-Kreislauf-System aus. Und wenn man sich dann auch noch etwas mehr Zeit nimmt, dann ist die Region im nördlichen Bayerischen Wald zwischen den Bergen Osser, Arber und Kaitersberg ein wahres Eldorado für Erholungssuchende.

Schon lange ist der Lamer Winkel eine der reizvollsten Wanderregionen der Republik. Auf 300 km markierten Wanderwegen gibt's je nach Lust, Laune und Kondition von familienfreundlichen Rundwegen bis hin zu anspruchsvollen Tageswanderungen für jeden etwas. Sie sind nicht gerne allein unterwegs? Auf unseren geführten Wanderungen werden sie stets von einheimischen Wanderführern begleitet und erfahren viele neue und interessante Dinge über unsere Heimat.

## TIPP:

MIT DER LAMER WINKEL GÄSTEKARTE  
GIBT'S VIELE DIESER ERLEBNISSE GRATIS!



Bus und Bahn bringen Sie kostenlos dahin, wo Sie Ihre Tour starten wollen. Und eins ist sicher: Egal ob Sie sich für eine Tageswanderung mit faszinierenden Panoramablicken, eine inspirierende Kulturtour oder eine Sonnenaufgangs- oder Untergangswanderung entscheiden, jede Tour hat hier ihren besonderen Reiz! Und am Ende eines aufregenden Tages sollte man sich auf jeden Fall auch belohnen. Gehen Sie dann noch mal auf Entdecker-Tour und genießen Sie die Köstlichkeiten der regionalen Gastronomie!



schwer 32,2 km 820 Hm 4:00 Std.



## LÄNGST HAT SICH DER LAMER WINKEL AUCH ZU EINEM RADL-PARADIES GEMAUSERT.

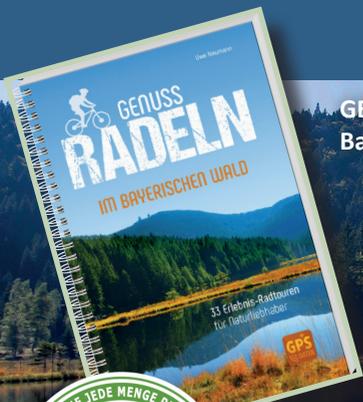
Deshalb wundert's auch nicht, dass die Ferienregion einige der Erlebnis-Radtouren im neuen Buch von Uwe Neumann beisteuert.



Ausführliches Infomaterial und viele weitere Anregungen für Entdeckertouren bekommen sie bei den drei örtlichen Tourist Infos, auf der Homepage

[www.lamer-winkel.bayern](http://www.lamer-winkel.bayern)

oder auch telefonisch bei der Tourist-Information Lam unter 09943-777 oder per Mail [tourist@lam.de](mailto:tourist@lam.de)



GENUSS-RADELN im Bayerischen Wald ist erschienen im Battenberg-Gietl / Südost-Verlag.

# GEWINNEN SIE

eines von drei Exemplaren

auf [www.gesund-in-der-region.de](http://www.gesund-in-der-region.de) oder per Post s. S.



## GENUSS-RADELN IM BAYERISCHEN WALD

Wenn man vom Radfahren im Bayerischen Wald spricht, denkt man sofort an Mountainbiker auf den mehr als 130 Bergen, die höher sind als 1000 Meter. Aber die Region ist auch ein wahres Eldorado für Genussradler. Gleich 33 dieser Touren stellt Uwe Neumann vor. Ein Werk, das Outdoor-Sportlern genauso wie gemütlichen Genießern so richtig Appetit macht auf die oft unberührt anmutende Mittelgebirgslandschaft. Zusammen mit seiner jetzigen Frau kam er vor über 30 Jahren als Stadtmensch und Tourist hierher. Seine ersten Worte waren damals: Wow, ist es hier schön!"

Der Bayerische Wald gilt noch heute als eine der wildesten und ursprünglichsten Regionen Europas und hat Genuss-Radlern genauso wie Radsportlern viel zu geben. Oft genug passiert es, dass ganze Familien inklusive der Kinder, unterwegs mit Bio- oder E-Bikes am Ende des Ausflugs begeistert von dem berichten, was sie auf der Strecke erlebt haben. Bestens erklärt, mit Streckenangaben, Fahrzeit, Höhenmeter, Hinweisen zur Bodenbeschaffenheit, E-Bike-Ladestationen und natürlich auch mit GPS-Angaben findet man Touren für jeden Schwierigkeitsgrad. Wer den Lamer Winkel hautnah erleben will, dem sei zum Beispiel die Pilgertour am Fuße des Hohenbogen empfohlen oder die Tour zu den Einödbauern im Lamer Winkel, ein hügeliger Streifzug durch das Tal der Ossenriesen!