



SPRUCH DES TAGES

Die größte Sehenswürdigkeit, die es gibt, ist die Welt. Sieh sie dir an.

Kurt Tucholsky

WETTER AM 21.10.2025

Wechselhaft

Temperatur



4 bis 10°C

HIGHLIGHT DES TAGES

Wandern im ARBERLAND

www.arberland.de/wandern

GEFÜHRTE WANDERUNG AM 24.10.2025

Von Nezamislyce nach Horazdovice mit Natur- und Landschaftsführer Klaus Kreuzer.

Die Gegend um Schüttenhofen bietet ein wahres Füllhorn an Sehenswürdigkeiten, wie etwa der frühere Klosterort Nezamislyce.

Von dort startet die etwa viereinhalbstündige Wanderung, welche über Hejna und Boubin nach Horazdovice führt.

Übliche Wanderausrüstung mit Rucksackverpflegung und viel Flüssigkeit sind erforderlich.

Am Ende ist eine Einkehr geplant.

Trotz Aufhebung der Grenzkontrollen ist ein gültiger Personalausweis erforderlich.

Treffpunkt ist am Freitag, 24.10.2025 um 08:50 Uhr am Bahnhof in Regen.

Die Rückkehr ist für ca. 19:00 Uhr geplant. Gebühr: 5,00 € (zzgl. Kosten für tschechische Bahn).

Die An- und Rückfahrt bis Susice erfolgt mit Fahrgemeinschaften, in Böhmen werden Zug und Bus benutzt.



i Anmeldung erforderlich bis Mittwoch, 22.10.2025 bis 12:00 Uhr bei der Tourist-Information Regen, Tel. 09921 604450.

ANZEIGE



ANZEIGE



VERANSTALTUNGEN IM ARBERLAND

BAYERISCH EISENSTEIN

Dienstag von 09:30 bis 16:30 Uhr

NATURPARKWELTEN

Die NaturparkWelten im Grenzbahnhof Bayerisch Eisenstein beherbergen fünf verschiedene Ausstellungsebenen, die die Vielfalt des Naturparks Bayerischer Wald informativ, eindrucksvoll und spannend veranschaulichen. Alle Ausstellungen sind barrierefrei angelegt. Modelleisenbahn - Welt. Höchste Eisenbahn. Ostbayerisches Skimuseum. König Arber. Europäisches Fledermauszentrum. Bayerisch-Böhmisches Infozentrum. Ausstellung "Kalter Krieg".

BODENMAIS

Dienstag von 08:50 bis 16:00 Uhr

3 TAUSENDER

Mittagsplatzl - Gr. Arber - Kl. Arber!

Diese anspruchsvolle Wanderung vereint in einer Tour stille Momente, anspruchsvolle Steige, großartige

Ausblicke und urige Einkehr.

Ca. 16 km / ca. 700 hm / Einkehrmöglichkeit.

Anmeldung bis zum Vortag 16:00 Uhr in der Tourist-Info.

Mindestteilnehmer 4.

Kostenfrei mit Bodenmaiser Gästekarte / ohne Bodenmaiser Gästekarte 10€.

Dienstag von 09:30 bis 19:15 Uhr

VITALZENTRUM - KURSPROGRAMM DIENSTAG

09:30 - 10:15 Uhr: "Zirkeltraining" Ganzkörper-Fitness (ab 12 Jahren).

10:30 - 11:15 Uhr: "Faszientraining" - gegen Verspannungen und Verklebungen.

16:00 - 17:00 Uhr: "Pilates" - Kraft, Stabilität & Körperbeherrschung.

17:15 - 18:15 Uhr: "County Line Dance".

18:30 - 19:15 Uhr: "Tanzworkout" - lateinamerikanische Musik (Zumba-Art).

- Sportkleidung, saubere Hallenturnschuhe, Handtuch und Getränke mitbringen.
- Anmeldung vorab nicht nötig.
- Die Kurse beginnen immer pünktlich! Verspätete Teilnehmer können nicht mehr zugelassen werden.
- Bitte mind. 10 min. vorher da sein.
- Teilnahme ab 16 Jahren (Ausnahme Family-Fitness)
- Max. 20 Teilnehmer.
- Bitte informieren Sie vor Kursbeginn den Trainer über etwaige körperlichen Beschwerden.
- Kursdauer jeweils 45, 60 oder 90 min (siehe Plan)

Dienstag von 16:00 bis 17:00 Uhr

BRAUEREIFÜHRUNG BEIM ADAM-BRÄU

Besichtigen Sie unser traditionelles Brauhaus mit Probe im Laden.
Anmeldung an der Rezeption oder Info unter 09924/94000, Teilnehmerzahl ist begrenzt,
Kosten pro Person 8,- €

MAUTH

Dienstag von 10:30 bis 12:30 Uhr

WILDNIS-SPAZIERGANG MIT DEM RANGER

Weltweit stehen Ranger im Dienst für Mensch und Natur. Nach einer kurzen allgemeinen Einführung können Sie einen unserer Ranger auf einer ein- bis zweistündigen Tour durch die entstehende Waldwildnis begleiten. Dabei erhalten sie vielfältige Informationen aus dessen reichem Erfahrungsschatz. Aus organisatorischen Gründen ist eine Anmeldung möglichst frühzeitig, spätestens jedoch einen Tag vorher bis 17 Uhr, an Wochenenden und Feiertagen bis 13 Uhr, beim Nationalpark Führungsservice via 0800 0776650 oder nationalpark@fuehrungsservice.de erforderlich. Alternativ steht die Online-Anmeldung im Shop der Ferienregion Nationalpark Bayerischer Wald unter: <https://link2.bayern/c17f> zur Verfügung. Kurzfristigere Teilnahme auf Anfrage möglich.

Kosten: Die Teilnahme ist kostenlos.

REGEN

Dienstag von 15:00 bis 17:00 Uhr

ÖFFENTLICHER EISLAUF IN DER EISSPORTHALLE

Bis Mitte März kann man auf der großen Eisfläche der Eissporthalle in Regen ausgelassen Schlittschuhlaufen. Egal, ob man ein paar gepflegte Runden drehen oder lieber das Eis unter den Kufen krachen lassen will – die überdachte Eislaufhalle mit professionell geglättetem Eis ist perfekt für Anfänger oder auch für Könnern geeignet.

RINCHNACH

Dienstag von 10:30 bis 12:00 Uhr

SCHAFHOFFÜHRUNG MIT DEM SCHÄFER

Der Schäfer führt die Besucher durch den "Schafhof Perl" mit anschließender Fütterung der 15 versch. Schafrassen. Unsere kleinen Besucher dürfen auf einem Schafbock reiten. Besichtigen Sie unseren einzigartigen Schafwollladen in einem 200 Jahre alten Bauernhaus. Bei den Führungen erhalten Sie zur Probe versch. Schafwurstsorten, Schafmilchkäse u. Schafmilchschokolade.

Die Führungen finden bei jeder Witterung statt. Beginn: 10.30 Uhr

Info unter Tel. 09928/224 und www.schafhof-perl.de

Dienstag von 14:00 bis 16:30 Uhr

ALPAKA-LAMA-WANDERUNG - SCHNUPPERTOUR

Alpaka-Lama-Wanderung mit Picknick im Wald

Kurzer gemütlicher Spaziergang durch idyllische Landschaft mit unseren neugierigen, lustigen Vierbeinern!
Sie können unseren Alpakas beim Baden zusehen (wetterabhängig) und ein kleines Picknick mit Getränken im Wald genießen.
Dauer insgesamt mit Führung und Pause ca. 2,5 Stunden (reine Gehzeit ca. 1 Stunde)

Familie Ganserer, Sitzhof 5, 94269 Rinchnach
Information und Preise unter www.LaPakAktiv.de

Voranmeldung erforderlich, Tel. 0151-59439613

VIECHTACH

Dienstag von 15:30 bis 16:30 Uhr

FASZINATION PFAHL - DEN QUARZFELSEN AUF DER SPUR

Das Naturschutzgebiet bietet ein Naturschauspiel von hohen Felsenriffen, tiefen Quarzbrüchen und lichten Pfahlheiden. Ameisenlöwe, Gelbbauchunke und Schwefelflechte finden hier Lebensräume. Themen der Wanderung sind Erdgeschichte, die Pfahlsage und der fast 100-jährige Abbau im ehemaligen Quarzbruch. Festes Schuhwerk erforderlich. Anmeldung erforderlich bis Dienstag, 12 Uhr: Tourist-Info Viechtach, Tel. 09942/808250

ZWIESEL

Dienstag von 09:30 bis 16:30 Uhr

AUSSTELLUNG - "DER NATUR AUF DER SPUR"

Ganzjährige Dauerausstellung im Naturparkhaus, Infozentrum 3; Auf eine andere Art und Weise - ohne Texte, nur mit Bildern, ausgerichtet gerade auch auf Kinder und Familien mit Kindern, wird das Gebiet des Naturparks Bayer. Wald und die Aufgaben des Naturparkvereins vorgestellt. In die Ausstellung integriert ist ebenfalls eine zweisprachige Ausstellung zum Thema "Lichtverschmutzung". Darüber hinaus gibt es wechselnde Sonderausstellung und eine Bücherei mit Fachliteratur. Geöffnet täglich von 9.30 - 16.30 Uhr

Dienstag von 14:00 bis 16:00 Uhr

BRAUEREIFÜHRUNG

Brauereiführung in der Historischen Erlebnisbraustätte der Dampfbierbrauerei Pfeffer, Regenerstr. 9. Lernen Sie bei einer Führung die Braustätte kennen und probieren Sie Brauereierzeugnisse in der Braumeisterstube, dem Schalander. Führung mit Getränk 12,50 €; mit Getränk und Brotzeit 20,80 €. Anmeldung unter www.dampfbier.de erforderlich!

Dienstag von 16:00 bis 17:00 Uhr

FÜHRUNG IN DEN UNTERIRDISCHEN GÄNGEN

Nur nach vorheriger Anmeldung in der Touristinfo unter 09922-7099011. Begrenzte Teilnehmerzahl. Veranstalter: Stadt Zwiesel. Kosten: Erwachsene mit Nationalparkcard 5,- € (ohne 10,- €), Kinder ab 5 Jahren mit Nationalparkcard 2,- € (ohne 4,- €). Kinder unter 5 Jahren haben keinen Zutritt. Kostenloser Eintritt mit aktivCARD.

ANSTEHENDE VERANSTALTUNGEN IM ARBERLAND

BAYER. EISENSTEIN

Mittwoch von 09:30 bis 17:38 Uhr

BÖHMERWALDCOURIER NACH KLATTAU

Fahrt nach Klatovy (Klattau)

Ablauf

09.30 Treffen mit der Reiseleitung am Bahnsteig des Grenzbahnhofs

in Bayerisch Eisenstein

10.17 Zugabfahrt

11.16 Ankunft in Klattau, anschließend landestypisches Mittagessen

13.00 Besichtigung der Altstadt und der Barockapotheke (eine der besterhaltenen historischen Apotheken Europas)

14.45 Freizeit

16.05 Treffen am Stadtplatz & Rückfahrt zum Bahnhof mit dem Bus

16.40 Rückfahrt mit dem Zug

17.38 Ankunft in Bayerisch Eisenstein

Preis

Erwachsene: 34 €

Kinder (ab 6 bis einschließlich 12 Jahre): 18 €

+ zzgl. Bahnfahrt: Erwachsene 4 €*, Kinder 2 €*
(Bezahlung vor der Fahrt bei der Reiseleitung in bar)

* Bahnfahrt für Urlaubsgäste mit NationalparkCard oder anderweitiger Gästekarte mit „GUTi-Logo“ kostenlos.

Im jeweiligen Fahrpreis ist enthalten

- deutschsprachige Reiseleitung ab Grenzbahnhof
- original böhmisches Mittagessen (3-Gang-Menü)
- Stadtführung
- Eintritt in die Barockapotheke

Termine

14. Mai – 29. Oktober 2025: regelmäßig jeden Mittwoch

Dienstag 30. Dezember 2025

Dienstag 6. Januar 2026

Februar 2026: jeweils am Mittwoch: 4. 2., 11. 2., 18. 2., 25. 2.

Osterferien 2026: Mittwoch 1. 4. und 8. 4.

Die Sonderfahrtscheine für den Böhmerwaldcourier gibt es in der Tourist Info Regen, Schulgasse 2

oder,

Tourist Info: Bayerisch Eisenstein, Zwiesel, Frauenau, Spiegelau, Grafenau, Mauth-Finsterau.

Die Karten für die jeweilige Fahrt sind spätestens am Vortag (Dienstag) bis 15:00 Uhr erhältlich.

BAYERISCH EISENSTEIN

Mittwoch von 09:30 bis 17:45 Uhr

FAHRT MIT DEM BÖHMERWALDCOURIER NACH KLATOVY (KLATTAU)

Begleiten Sie unseren Reiseleiter mit der tschechischen Staatsbahn auf einer kurzweiligen Zugfahrt vom Grenzbahnhof in Bayerisch Eisenstein/ Železná Ruda durch den Böhmerwald nach Klattau/ Pilsen.

Dort erwartet die Teilnehmer dann jeweils eine Stadtführung, ein typisch böhmisches Mittagessen und die Besichtigung der eindrucksvollsten Sehenswürdigkeiten unserer Nachbarstadt.

Bei den Ausflugsfahrten erfährt man Wissenswertes über die Eisenbahngeschichte, die Kultur und über Land und Leute der Grenzregion. Weitere Details & Anmeldung bei der Tourist Info Bayerisch Eisenstein 09925 9019-001 oder online unter www.ferienregion-nationalpark.de/erlebnishop

(Klattau)

Kosten: Erw. 34,00 €, Ki 6-12 Jahre 18,00 € (Urlaubsgäste mit Gut-Gästekarte nutzen den Zug nach Klattau kostenlos, Zugfahrt für Personen ohne Gut-Gästekarte zzgl. 4,00 €/ EW, bzw. 2,00 €/ Kind vor Ort in bar beim Reiseleiter zu begleichen). **Anm.:** in den Tourist-Infos bis Di / 15 Uhr

Mittwoch von 11:00 bis 17:00 Uhr

SONDERAUSSTELLUNG "WEIBLICHE PERSPEKTIVEN"

Die Ausstellung „Weibliche Perspektiven“ lädt ein, eine faszinierende Welt des künstlerischen Ausdrucks zu entdecken, geschaffen von elf Künstlerinnen aus Bayern und Tschechien. Mit ihren Gemälden und Skulpturen gehen sie in einen grenzüberschreitenden Dialog und präsentieren ihre jeweils einzig-artige Handschrift. Jedes Werk ist eine Momentaufnahme, eine Erzählung oder eine Emotion, eingefangen mit Pinsel und bildhauerischen Werkzeugen. Ziel der Ausstellung ist nicht nur, die Besucher anzusprechen, sondern auch die unverzichtbare Rolle und den Wert der Arbeit von Künstlerinnen hervorzuheben. Jede Künstlerin bringt ihre eigene Perspektive, Erfahrung und Leidenschaft mit, was die Ausstellung zu einem inspirierenden Ort des Austauschs macht. Auch wenn sie in manchen Sammlungen noch unterrepräsentiert sind, haben Frauen mittlerweile einen festen Platz in der Kunstwelt. Bereits im letzten Jahrhundert haben sich in der Region Künstlerinnen Anerkennung verschafft und ihre weiblichen Perspektiven zum Ausdruck gebracht. Die Ausstellung erinnert an einige dieser „Vorreiterinnen“

BODENMAIS

Mittwoch von 09:30 bis 20:00 Uhr

VITALZENTRUM - KURSPROGRAMM MITTWOCH

09:30 - 10:15 Uhr: "HIIT-Training" - hochintensives Intervalltraining.

10:30 - 11:15 Uhr: "Yogilates" - aktives Yoga mit Pilates Elementen.

18:30 - 19:15 Uhr: "Aquafitness" - im Silberbergbad.

- Sportkleidung, saubere Hallenturnschuhe, Handtuch und Getränke mitbringen.
- Anmeldung vorab nicht nötig.
- Die Kurse beginnen immer pünktlich! Verspätete Teilnehmer können nicht mehr zugelassen werden.
- Bitte mind. 10 min. vorher da sein.
- Teilnahme ab 16 Jahren (Ausnahme Family-Fitness)
- Max. 20 Teilnehmer.
- Bitte informieren Sie vor Kursbeginn den Trainer über etwaige körperlichen Beschwerden.
- Kursdauer jeweils 45, 60 oder 90 min (siehe Plan)

Mittwoch von 16:00 bis 21:00 Uhr

ABENDLICHE HOCHWALD-TOUR

Mit dem Bus zum Bretterschachten, von dort auf der Auerhahnstraße mit großartigen Ausblicken über den Bayerischen Wald und dem Schauspiel der untergehenden Sonne, entlang zur Chamer Hütte.

Ca. 12 km / ca. 200 hm aufwärts und 600 hm abwärts.
Anmeldung bis Mittwoch 12:00 Uhr in der Tourist-Info.
Mindestteilnehmer 4 / Einkehrmöglichkeit.
Kostenfrei mit Bodenmaiser Gästekarte / ohne Bodenmaiser Gästekarte 10€.
Entfällt bei Regen.
Bitte Taschenlampe oder Stirnlampe mitbringen!

Mittwoch

KLANGSCHALEN - MEDITATION

Im Silberberg.
"Erleben Sie eine stimmungsvolle Reise zu sich selbst."
Anmeldung bis zum Vortag 12:00 Uhr an der Tourist-Info erforderlich!
Bitte warme Kleidung mitbringen, da im Heilstollen ganzjährige eine Temperatur von ca. 5 °C herrscht.
Treffpunkt: Silberberg Mittelstation, am Eingang zum Heilstollen.
Teilnahme für Kinder ab 7 Jahren. Keine Ermäßigung.
Preis mit/ohne Gästekarte: 10,00€ / Vitalplus 3,-€.

LINDBERG

Mittwoch von 12:30 bis 15:00 Uhr

ZU WILDPFERD, WOLF UND LUCHS

Erleben Sie Wildpferde, Urrinder, Wölfe und Luchse hautnah! Dafür schlendern Sie mit einem Waldführer entlang der großzügigen Landschaftsgehege des Tier-Freigeländes im Nationalparkzentrum Falkenstein. Höhepunkt der Tour ist die Luchs-Fütterung, der Sie von der Besucherkanzel aus beiwohnen können. Neben den tierischen Einblicken entführen wir Sie auch in die Vergangenheit, denn in der Steinzeithöhle wird die Zeit rückwärts gedreht. Am Ende der Tour können Sie noch ins Haus zur Wildnis eintauchen. Leichte Tour ohne besondere Höhenunterschiede auf gut ausgebauten Wegen. Aus organisatorischen Gründen ist eine Anmeldung möglichst frühzeitig, spätestens jedoch einen Tag vorher bis 17 Uhr, an Wochenenden und Feiertagen bis 13 Uhr, beim Nationalpark Führungsservice via 0800 0776650 oder nationalpark@fuehrungsservice.de erforderlich. Alternativ steht die Online-Anmeldung im Shop der Ferienregion Nationalpark Bayerischer Wald unter: <https://link2.bayern/n1sl> zur Verfügung. Kurzfristigere Teilnahme auf Anfrage möglich.

Kosten: Die Teilnahme ist kostenlos.

Mittwoch von 13:00 bis 18:00 Uhr

BAUERNHAUSEMUSEUM

Das Bauernhausmuseum Lindberg ist wohl eines der kleinsten Freilichtmuseen im bayerisch-böhmischen Grenzgebirge – doch gilt auch hier der Spruch »klein aber oho« ! Seit 2014 kümmert sich der Förderverein Bauernhausmuseum Lindberg e.V. um das in Privatbesitz befindliche denkmalgeschützte Gebäudeensemble im Herzen von Lindberg.

Mit viel Liebe und Leidenschaft wird hier das Leben vergangener Generationen neu erweckt. Im Erdgeschoss des Hauptgebäudes, eines typischen „Waidlerhauses“, das 1582 erstmals urkundlich erwähnt wurde, kann man in einer der wenigen erhaltenen „Ruafkuchln“ quasi der Bäuerin beim Kochen über die Schulter schauen, in der großen Stube die Geschichte eines alten Webstuhls entdecken oder das „Potschamperl“ in der Kammer suchen.

Im Hof befindet sich eine der letzten hölzernen Kapellen aus dem Jahr 1885 mit den charakteristischen Holzschindeln und den fast mystischen Totenbrettern. Im benachbarten Austragshaus aus dem 18./19. Jahrhundert lädt seit 1975 unsere Museumsgaststätte „Bärenhöhle“ zum Verweilen ein.

Genießen Sie im Biergarten oder der gemütlichen Gaststube im Anschluss regionale Schmankerl, selbstgebackene Kuchen und frisch gezapftes Bier. Es gehört nicht viel Glück dazu, dass Sie hier mit den Waidlern ins Gespräch kommen oder ihrer Musik lauschen können. **Bitte um Beachtung: Freitags hat nur das Museum geöffnet, es findet keine Bewirtung statt!**

www.bauernhausmuseum-lindberg.de.

REGEN

Mittwoch von 09:30 bis 16:30 Uhr

GLASKUGEL SELBER BLASEN

Für Kinder ab 6 Jahren Glaskugel selber blasen. Jeden Mittwoch und gerne können auch andere Tage vereinbart werden. Telefonischer Voranmeldung unter Tel.: 09921 90 89 137.

Das Kugelblasen dauert ca. 10 Minuten, die Kugel kann nach ca. 15 Minuten mitgenommen werden.

Öffnungszeiten: Montag bis Sonntag von 09:30 Uhr bis 16:30 Uhr.

Mittwoch

KONZERT IM OBERSTÜBCHEN: RAINBOW GIRLS (FOLK, AMERICANA, INDIE | NORTHERN CALIFORNIA)

Location: Bergstr. 5, 94209 Regen.

Das Konzert findet im Obergeschoss statt.

Beginn: 20:00 Uhr - Einlass: 19:00 Uhr

Eintritt (AK): 20 EUR; VVK: 17 EUR regulär / 15 EUR ermäßigt

Der Bahnhof ist nur 5 Min Gehweg entfernt.

Kommt zur Fuß, mit dem Rad, mit der Bahn oder bildet Fahrgemeinschaften. Danke!

VIECHTACH

Mittwoch

GIPFELTOUR: PRÖLLER, KÄSPLATTE & KASTENSTEIN

Predigtstuhl-Pröller-Käsplatte-Münchshöfen-Kastenstein-Ramersdorf-Schwaben-Viechtach, Schwierigkeitsgrad: mittel, Länge: ca. 15 km, Gehzeit: ca. 5 Std., Anfahrt mit dem Linienbus 58-Zustiegsmöglichkeiten: Bahnhof Viechtach-8.42 Uhr | Kollnburg, GenoBank-8.54 Uhr, Treffpunkt Haltestelle St. Englmar, Predigtstuhl: 9.05 Uhr, Rückfahrt ab Viechtach, Schmidstraße/Edeka: 15.35 Uhr, Rucksackverpflegung/Einkehr, Infos/Anmeldung erforderlich: Tourist-Info Viechtach, Tel. 09942/808250 oder tourist-info@viechtach.de

ZWIESEL

Mittwoch von 13:00 bis 14:00 Uhr

SENIOREN-WASSERGYMNASTIK

im Mehrzweckbecken des Zwieseler Erholungsbads. - Regulärer Eintrittspreis - kein Aufpreis für Teilnahme

Mittwoch von 15:00 bis 16:00 Uhr

SCHAURÖSTUNG IN DER KAFFEERÖSTEREI

Schauröstung in der Kaffeerösterei Kirmse, Prälat-Neun-Str. 4; Anmeldung unter 09922-7437584. Information von der Pflanze bis zur Bohne und über modernes Kaffeerösten, außerdem zeigt Jens Kirmse, wie er in seiner Kaffeerösterei seltene Kaffeespezialitäten röstet. Preis: 7,90 €

Mittwoch von 16:00 bis 17:00 Uhr

FÜHRUNG IN DEN UNTERIRDISCHEN GÄNGEN

Nur nach vorheriger Anmeldung in der Touristinfo unter 09922-7099011. Begrenzte Teilnehmerzahl. Veranstalter: Stadt Zwiesel. Kosten: Erwachsene mit Nationalparkcard 5,- € (ohne 10,- €), Kinder ab 5 Jahren mit Nationalparkcard 2,- € (ohne 4,- €). Kinder unter 5 Jahren haben keinen Zutritt. Kostenloser Eintritt mit aktivCARD.