

ZWISCHEN HÖLLE, TRAUMWELTEN UND HEILWASSER

EIN TAG IN UND RUND UM BAD STEBEN

ÜBERSICHT

Anschrift Startpunkt:	Bahnhof, 95138 Bad Steben
Dauer	Tagestour
Kinderwagen geeignet	Nein
Barrierefrei	Nein
Mit ÖPNV erreichbar	Ja

STATIONEN

- 1 FrankenwaldSteigla Höllentour
- 2 Dream Labs
- 3 Therme Bad Steben



DURCH DIE HÖLLE AUF SCHMALEN PFADEN

Deine eintägige Heimatreise im schönen nördlichen Frankenwald beginnt in Bad Steben. Hier kannst du aus allen Richtungen der Metropolregion gut mit dem Zug anreisen. Von hier aus geht es mit dem Bus zum Bahnhof Bleichschmidtenhammer.

DER BESTE WEG: Mehrere Busse am Tag bringen dich innerhalb von 10 Minuten von Bad Steben zum Bahnhof Bleichschmidtenhammer. Schau einfach unter www.vgn.de nach deiner besten Verbindung. Natürlich kannst du auch direkt mit dem Auto anreisen.

Am Naturpark-Informationszentrum Bahnhof Bleichschmidtenhammer angekommen geht es direkt los mit deiner Wanderung auf dem **FrankenwaldSteigla Höllentour 1**. Der neu angelegte etwa 7,5 km lange Rundweg führt dich auf abenteuerlichen und zum Teil sogar „alpine Pfaden“ durch das Höllental – entlang der rauschenden Selbitz, und steilen Felswänden. Zwischenzeitlich belohnt dich der Weg mit einem großartigen Panoramablick. Übrigens: Dieses FrankenwaldSteigla ist sogar für den Trekking Award 2026 nominiert.

SCHON GEWUSST?

Das Höllental ist **geologisch einzigartig** durch sein drei Kilometer langes und 170 Meter tiefes Durchbruchstal, das die Selbitz in einen Diabasriegel* einschnitt – mit Kissenlava, Säulen, Tuffbrekzie und Eklogit-Vorkommen. Als **Nationaler Geotop** zeigt es seltene Verwitterungsformen, Bruchzonen mit Heilquellen und alpin-montane Flora/Fauna.

* submariner Vulkanismus aus dem Devon vor 250 Mio. Jahren

GASTRO-TIPP:

Wenn du am Wochenende unterwegs bist, solltest du unbedingt einen Stopp im **Café Alte Liebe** im Ort Hölle einplanen (geöffnet Samstag und Sonntag 13 bis 18 Uhr). Denn das liebevoll eingerichtete Café verwöhnt dich nach getaner „Wander-Arbeit“ mit lecker Kuchen und Kaffee.



ZWISCHEN HÖLLE, TRAUMWELTEN UND HEILWASSER

EIN TAG IN UND RUND UM BAD STEBEN

ENTKOMMEN ODER GEFANGEN?

Escape-Room-Abenteuer warten!

Nach der Wanderung geht es mit dem Bus (oder Auto) zurück nach Bad Steben. Und jetzt heißt es für dich: Nach dem Abenteuer ist vor dem Abenteuer. Denn es geht in die **Dream Labs 2**, wo dich verschiedene (in- und outdoor) Escape-Room-Erlebnisse erwarten: Hier tauchst du in fantasievolle Welten ein, löst knifflige Rätsel durch Logik, Kreativität und Teamarbeit und versuchst, innerhalb einer bestimmten Zeit aus verschiedenen Motto-Räumen zu entkommen.



SCHON GEWUSST?

Der Escape Room „Dream Labs“ hat mehrere Auszeichnungen erhalten, darunter den **Golden Lock Award 2025** und eine Auszeichnung als bester Escape Room Bayerns. Zudem wurden die Räume „Die Legende vom herzlosen Piraten“ und „Metropolis 2099“ mit dem internationalen **TERPECA-Award** prämiert.



GASTRO-TIPP:

Du bist entkommen und hast das Escape-Rätsel gelöst? Dann hast du dir jetzt eine Belohnungs-Mahlzeit verdient. Etwa fünf Laufminuten entfernt kannst du leckere Torten im **Café Reichl** schnabulieren oder – wenn du auf gute italienische Küche stehst – wartet etwa 500 m entfernt die **Pizzeria da Carmelo**.



ABTAUCHEN IM WARMEN THERMALWASSER

Diesen Tagesabschluss hast du dir verdient

Denn jetzt heißt es für dich nur noch entspannen und genießen in der **Therme Bad Steben 3**. Hier kannst du abtauchen in sprudelnde Wasserwelten mit 36-Grad-Whirlpools, Solebecken und Klangduschen – Entspannung pur! Schwitze im idyllischen Saunaland mit finnischen Blockhäusern, Aufgüssen und Naturbadeteich oder relaxe im Wellness-Dome mit Schiefergrotte und Massa-



SCHON GEWUSST?

Bad Steben ist **eines der ältesten Heilbäder in Bayern**, dessen heilsames Quellwasser bereits seit über 600 Jahren bekannt ist. Früher mussten die Besucher durch schlammige Kuhweiden waten, um die Quellen zu erreichen, heute ist der Kurpark eine prachtvolle Anlage zum Verweilen.



HEIMAT-INSIDER:

Du bist im Juni auf Heimatreise in Bad Steben? Dann solltest du unbedingt einen Besuch des schönen **Kurparkfest** einplanen. Hier gibt es ein buntes Sammelsurium an Live-Musik, Straßenkunst, Kunsthandwerk und natürlich jede Menge Spaß und Genuss!

Fotos: Frankenwald Tourismus, Dream Labs GmbH, Café Reichl / Florian Reichl, Bayerisches Staatsbad Bad Steben GmbH, Markt Bad Steben / Monika Josiger