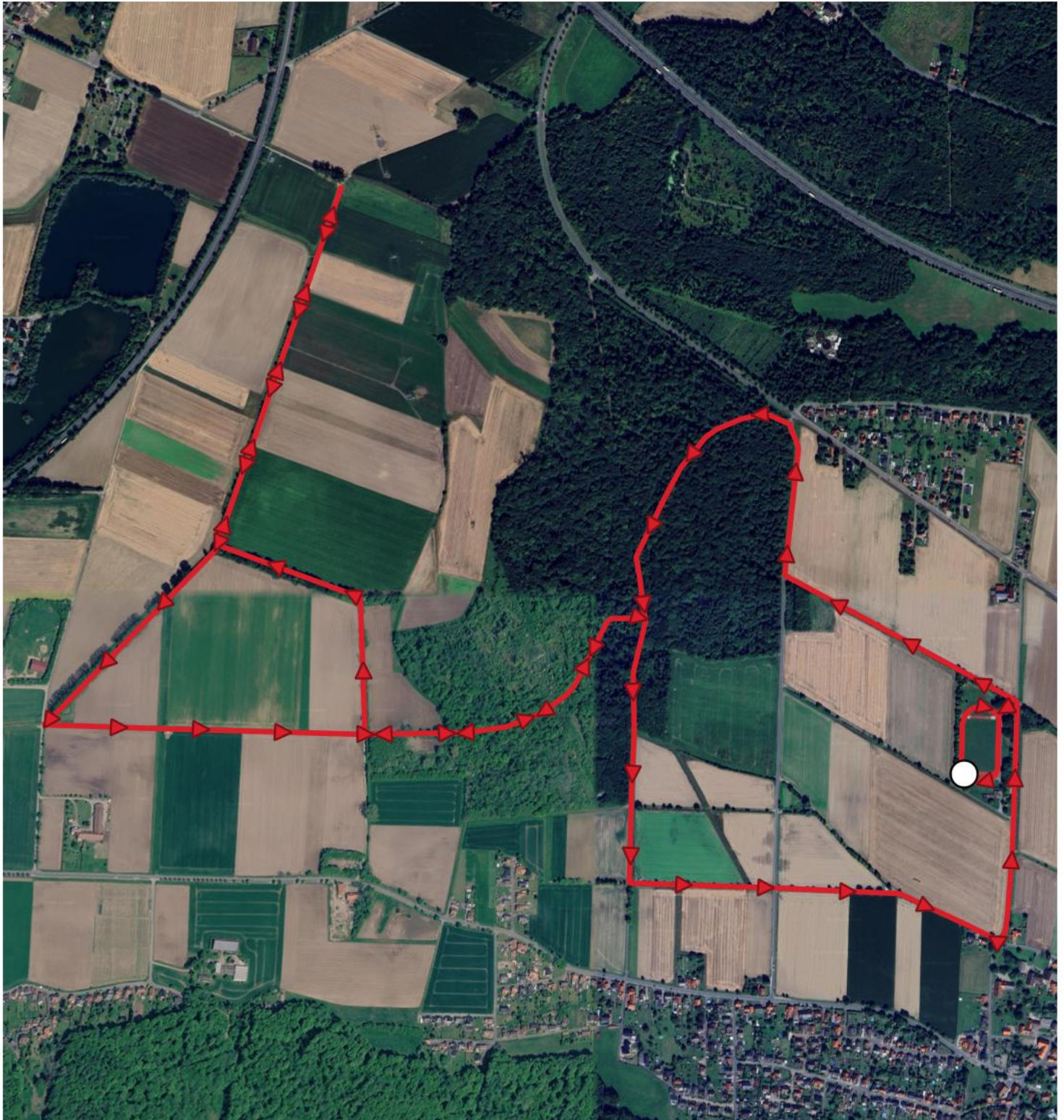


Routenbeschreibung Mittel- 8.800m / Langstrecke 17.000m:

Die Mittelstrecke über 8.800m umfasst eine große Runde, während bei der Langstrecke über 17.000m zwei große Runden absolviert werden. Vom Sportplatz aus führt die Runde zunächst durch das Naturschutzgebiet Nammer Unterholz bis nach Lerbeck. Von dort verläuft sie parallel zur B482 weiter in nördlicher Richtung bis zum Wendepunkt. Nach einem kurzen Abstecher führt die Strecke zurück in Richtung Nammer Unterholz. Über die umliegenden Straßen werden die Läufer anschließend zurück auf den Sportplatz geführt, wo sich nach einer, bzw. zwei dieser Runden auch das Ziel befindet.



0 250 500 m

