

GEHEN • WALKEN • LAUFEN in Thannhausen

Rote Strecke
ERLEBNISLAUF



Die Gasthof Hafner Genussrunde 5,3 km

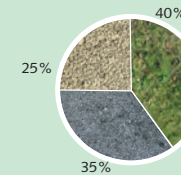


Start und Ziel
Gasthof Hafner

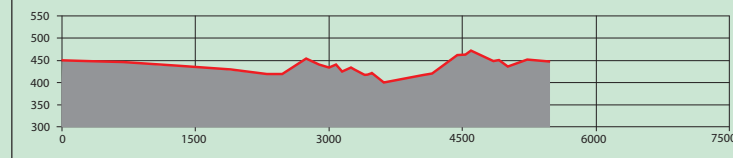
Gesamtlänge 5.300 Meter
Höhendifferenz 76 Höhenmeter
Gesamtsteigung 140 Höhenmeter

Richtwert Anfänger 32-37 min (6-7 min/km)
Richtwert Hobby 27-32 min (5-6 min/km)
Richtwert Leistungssportler 21-27 min (4-5 min/km)
Richtwert Profi 19-21 min (3,5-4 min/km)

Untergrund
Wald & Wiese 2.150 m, Schotter 1.350 m, Asphalt 1.800 m



Die Gasthof Hafner Genussrunde (5,3 km)



Wegbeschreibung

Vom Ausgangspunkt Gasthof Hafner laufen wir der Markierung folgend kurz der Bundesstraße entlang, um dann gleich rechts Richtung Fischteichanlage abzuzweigen. Der erste Kilometer auf festem Schotterweg leicht fallend ist ideal zum Einlaufen. Am Teich vorbei laufen wir nach Süden in Richtung Apfelwanderweg, in den wir bei Kilometer 1,6 einmünden. Eine leichte Steigung durch den Wald führt uns auf die Anhöhe, wir können nun nach links die Variante 3,9 km wählen, beim „Schattenbauer-Schurl“ vorbei (bitte freundlich winken!), oder weiter durch den Wald auf der Standardstrecke bleiben. Der Markierung folgend laufen wir Richtung Alterilz, durch den Ort, zweigen dann zur Kläranlage ab und kommen nach 5,3 km zum Ausgangspunkt zurück.

Charakteristik

Toller Lauf für Einsteiger und Fortgeschrittene, durch die mögliche kürzere Variante gibt es eine schöne Steigerungsmöglichkeit für Anfänger. Nordic-Walker und Läufer freuen sich über den hohen Wald- und Wiesenanteil der schönen Strecke.

