

Detaillierte Streckenbeschreibung LKL 2019

Burglengenfeld – Nabburg

Etappe 1 Burglengenfeld – Münchshofen 5,0 km, flach, 6 HM bergauf, 20 HM bergab

Wir starten am Rathaus in Burglengenfeld und laufen bergab stadtauswärts, bei KM 0,5 nach dem großen Parkplatz laufen wir links in Richtung der Bahngleise, bei KM 0,8 überqueren wir die Bahngleise und laufen sofort rechts, bei KM 0,9 bei den Schrebergärten laufen wir geradeaus und dann gleich links (links sehen wir ein großes schmiedeeisernes Tor), bei KM 1,4 laufen wir geradeaus weiter, bei KM 1,9 kommen wir zur Naab und laufen dort rechts weiter, bei KM 2,8 am Ende von Kuntsdorf laufen wir links über die kleine Brücke, bei km 2,9 vorm Badeweiher laufen wir rechts und nach dem Schützenheim/Wasserwachtgebäude links weiter der Naab entlang, bei KM 3,7 laufen wir links über die Naabbrücke und bei KM 3,8 nach der Brücke sofort rechts, bei KM 4,8 laufen wir links in die Hans-Holbein-Str und bei KM 4,9 links zum Trafohaus, dort laufen wir rechts und erreichen bei KM 5,0 die Wechselstelle „kleiner Fußballplatz“ in Münchshofen.

Etappe 2 Münchshofen – Wiefelsdorf 7,0 KM, wellig, 176 HM bergauf, 141 HM bergab

Vom Bolzplatz aus laufen wir rechts in Richtung Münchshofen und bei KM 0,1 links in die Brunnenstraße; bei KM 0,5 laufen wir links am Gehsteig und bei KM 0,6 laufen wir wieder links in die Bergstraße in Richtung Oberhof; bei KM 0,7 laufen wir rechts in die Schloßstraße und dann am alten Schloss vorbei in Richtung Strengleiten; bei KM 2,3 laufen wir rechts in Richtung Bubach; bei KM 3,1 „Am Becher“ laufen wir links in Richtung Bubacher Ring; bei KM 3,2 am Bubacher Ring laufen wir rechts und folgen diesem; bei KM 3,4 laufen wir rechts in die „Rotleite“ bergauf; bei KM 3,5 biegen wir links in die Kreisstraße ein; bei KM 3,7 laufen wir scharf rechts (vor uns sehen wir ein Schild „Scherl Werbung + Druck, Buchhaltung“); bei KM 3,8 nicht links abbiegen, sondern dem Hauptweg folgen; bei KM 3,9 laufen wir am Fahrsilo vorbei links bergauf; bei KM 4,1 vor dem „Banker!“ laufen wir rechts; bei KM 4,4 biegen wir links in die kleine Teerstraße ein; bei KM 5,5 laufen wir links und nicht in Richtung Hochsitz; bei KM 5,6 laufen wir rechts auf die Teerstraße in Richtung des Bauernhofes/Biogasanlage; bei KM 6,0 laufen wir rechts in Richtung Wiefelsdorf; bei KM 6,5 laufen wir rechts in die Kreisstraße; bei KM 6,9 auf Höhe der kleinen Brauerei Plank laufen wir links und erreichen bei KM 7,0 die Wechselstelle.

Etappe 03 Wiefelsdorf – Dachelhofen **4,4 KM, abfallend, 12 HM bergauf, 37 HM bergab**

Wir starten an der schönen Kirche in Wiefelsdorf und biegen nach 200 m rechts ab; bergab laufen wir in Richtung Naabeck; bei KM 1,7 laufen wir rechts über die Naabbrücke und biegen gleich nach der Überquerung der Naab links auf den Flurbereinigungsweg in Richtung Dachelhofen ein; bei KM 2,7 laufen wir geradeaus über die kleine Brücke beim Stauwerk; bei KM 3,1 (vor uns sehen wir ein Schild „Sackgasse“) laufen wir rechts; bei KM 3,5 laufen wir am alten Bayernwerk vorbei; bei KM 4,0 biegen wir links in die Georg-Feldmeier-Straße ein und erreichen bei KM 4,4 die Wechselstelle „Hauptplatz TUS Dachelhofen“.

Etappe 04 Dachelhofen – Krondorf **4,5 KM, flach, 0 HM bergauf, 0 HM bergab**

Wir verlassen die Wechselstation und laufen in Richtung Hallenbad; 100 m nach der Wechselstation biegen wir links in die Hallenbadstraße ein; bei KM 0,2 laufen wir nach dem Hallenbad links auf der kleinen Flurbereinigungsstraße in Richtung Ettmannsdorf, das wir nach 1,6 KM erreichen. Bei KM 1,9 an der abknickenden Vorfahrt laufen wir geradeaus in Richtung des Fabrikgeländes; bei KM 2,1 am runden Pumpenhäuschen laufen wir links über die 3 Naabbrücken; bei KM 2,5 nach der dritten Brücke laufen rechts entlang der Naab weiter, wir bleiben immer an der Naab und erreichen bei KM 4,5 die Wechselstelle am Volksfestplatz in Schwandorf.

Etappe 5 Krondorf – Irlaching **4,3 KM, flach, 0 HM bergauf, 0 HM bergab**

Nach der Wechselstelle am Volksfestplatz laufen wir weiter entlang der Naab, bei KM 0,4 laufen wir links und folgen der Radwegbeschilderung, bei KM 0,5 laufen wir geradeaus in die Fröbelstraße weiter, bei KM 1,2 nach der Pferdekoppel laufen wir rechts, bei KM 1,9 laufen wir unter der B 85 durch und folgen der Linkskurve, bei KM 2,1 folgen wir in der Rechtskurve der Radwegmarkierung, bei KM 2,8 laufen wir links in Richtung Irlaching, bei KM 3,9 geht es rechts weiter in den Ort, bei KM 4,2 links der Irlachinger Straße folgen und dann gleich wieder rechts zur Wechselstelle „Gasthaus Schuster“, das wir bei KM 4,3 erreichen.

Etappe 6 Irlaching – Wohlfest **4,3 KM, flach, 26 HM bergauf, 18 HM bergab**

Nach der Wechselstelle laufen wir geradeaus weiter und bei KM 0,2 rechts die Treppen rauf, nach den Treppen geht es links weiter, bei KM 0,4 laufen rechts in Richtung Schwarzenfeld, bei KM 1,6 – nach dem Überqueren der Bahn – laufen wir links in den Forstweg, bei KM 2,0 vor dem alten Haus folgen wir der Rechtskurve, bei KM 3,8 beim alten Bahnhof/Masten laufen wir rechts und erreichen bei KM 4,3 die Wechselstelle „kleine Kapelle“ in Wohlfest.

Etappe 7 Wohlfest – Wolfring, 5,6 km, flach, 24 HM bergauf, 1 HM bergab

Nach dem Wechsel an der kleinen Kapelle laufen wir links weiter und biegen bei KM 0,2 nach dem letzten Haus links ab, bei KM 1,4 vor dem Bauernhof laufen wir links in Richtung Kläranlage, bei KM 1,7 vor der Kläranlage laufen wir rechts und bei KM 2,0 beim kleinen Pfosten geradeaus weiter, bei KM 2,6 beim kleinen Pfosten links und dann gleich wieder rechts, bei KM 3,0 bei der kleinen Straße laufen wir rechts geradeaus vor bis zur Staatsstraße nach Knölling, bei KM 3,7 nach den Flaschen- und Kleidercontainern überqueren wir diese und laufen links am Gehweg weiter, bei KM 4,4 (links sehen wir eine kleine Bank) laufen wir rechts entlang der Baumreihe weiter in Richtung Wolfring, bei KM 5,2 laufen wir rechts in die Dorfstraße, bei KM 5,3 links in die Spenglerstraße und bei KM 5,4 rechts und gleich wieder rechts, bei KM 5,5 am Bushäuschen laufen wir rechts und erreichen bei KM 5,6 die Wechselstelle „Jugendheim“.

Etappe 8 Wolfring – Schmidgaden 4,6 KM, wellig, 94 HM bergauf, 93 HM bergab

Wir starten am Jugendheim in Wolfring und biegen nach 100 m links in die Knöllinger Straße ein; nach 800 m erreichen wir den Ortsteil Knölling der Gemeinde Fensterbach; am Feldkreuz biegen wir links ab in den Kieselplattenweg und auf Höhe der Firma Rolladen Kemptner folgen wir rechts dem Klausenweg; bei km 1,7 auf Höhe der Eiche/Bank biegen wir links ab und laufen weiter bergauf; bei km 2,2 folgen wir der Rechtskurve in Richtung Antennenmast beim Wasserbehälterhäuschen; dort laufen wir leicht bergab und erreichen bei km 3,3 Hartenricht; wir laufen rechts und gleich wieder bei km 3,4 links in Richtung dem 7,5 t Schild; bei km 3,7 an der T-Kreuzung laufen wir links in Richtung eines großen Strommastens; bei km 4,1 erreichen wir eine kleine Teestraße und laufen dort rechts leicht bergauf in Richtung Schmidgaden, das wir bei km 4,3 erreichen; bei km 4,6 erreichen wir die Wechselstation „Sportplatz Schmidgaden“.

Etappe 9 Schmidgaden – Wölsendorf 7,7 km, flach, 53 HM bergauf, 76 HM bergab

Nach dem Wechsel laufen wir geradeaus weiter bis wir nach 400 m die Hauptstraße erreichen; dort laufen wir links leicht bergab und kommen nach 800 m am Cafe/Wirtshaus Anderl vorbei; nach km 1,0 (rechts stehen Landmaschinen) biegen wir rechts in den Säulnhofer Weg/Am Schafbühl ein; wir laufen geradeaus und bei km 1,6 nach dem Ortsschild „Schmidgaden“ laufen wir links bergab in Richtung der kleinen Kläranlage; bei km 1,8 auf Höhe der kleinen Kläranlage biegen wir rechts ab; bei km 2,2 laufen wir an der großen Kläranlage vorbei weiter auf dem Hauptweg; bei km 2,6 erreichen wir Säulnhof und laufen bei km 2,7 beim Friseur „Hair Trend“ geradeaus weiter und bei KM 3,5 in Grafenricht links; bei KM 3,7 überqueren die Hauptstraße und laufen links am Radweg Richtung Stulln; nach dem Überqueren des Baches laufen wir bei km 4,7 rechts in die Schulstraße; bei km 4,8 laufen wir links leicht bergauf weiter auf der Schulstraße; bei km 5,1 laufen wir links weiter auf der Schulstraße und biegen dann sofort rechts ab auf den Herzendamm; bei km 5,5 verlassen wir Stulln und laufen leicht bergab in Richtung Brensdorf; bei km 6,5 biegen wir rechts ab und laufen bei km 6,6 unter der Bahnlinie durch in den Ortsteil „Brensdorf“; wir folgen der Hauptstraße und biegen

bei km 7,1 links Richtung Wölsendorf ab; bei km 7,4 laufen wir unter der A 93 durch und erreichen bei km 7,7 die Wechselstelle „Feuerwehrhaus Wölsendorf“.

Etappe 10 Wölsendorf – Nabburg
7,0 km, flach, 54 HM bergauf, 54 HM bergab

Nach dem Wechsel am FFW-Haus laufen wir links in die Bahnhofstraße, bei KM 0,5 am Ortsende von Wölsendorf laufen wir auf Höhe des Naturparkschildes links in Richtung Nabburg an den 2 großen Scheunen mit der Photovoltaikanlage vorbei, bei KM 1,0 laufen wir parallel der Autobahn weiter, bei KM 2,1 (an der Autobahn sehen wir ein Schild „80 bei Nässe“) laufen wir rechts in den Wald, bei KM 3,2 verlassen wir den Wald und laufen geradeaus zu Straße, bei KM 3,4 treffen wir auf die Straße und laufen links weiter, bei KM 4,1 laufen wir links in Richtung Autobahn und überqueren diese, bei KM 4,5 nach der Brücke laufen wir rechts weiter und folgen der Radwegbeschilderung, bei KM 5,8 erreichen wir Nabburg und laufen geradeaus in den Ort, bei KM 6,3 biegen wir links in die Neunburger Straße ein, bei KM 6,5 bei Autohaus Bähnk laufen wir links in die Hauptstraße, bei KM 6,7 laufen wir über die Naab und biegen links zur Nordgauhalle ein, bei KM 7,0 erreichen wir das Ziel „Nordgauhalle“.

Gesamtstrecke Laufen: 54,4 KM
Gesamtstrecke Walken: 19,3 KM
HM bergauf: 445 HM
HM bergab: 440 HM

Bitte beachten Sie, dass im Ziel unmittelbar an der Nordgauhalle Nabburg keine Parkmöglichkeit besteht. Parkplätze in ca. 500 m Entfernung sind ausgeschildert.