

02.05.2022

Detaillierte Streckenbeschreibung LKL 09. Juli 2022

Weiding – Nittenau

Achtung: Streckenänderung in Thanstein und Nittenau

Etappe 1 Weiding – Gaisthal

8,2 km, hügelig, 83 HM bergauf, 195 HM bergab

Wir starten am schönen Sportplatz in Weiding und laufen rechts in Richtung Wald/Berg; bei KM 0,1 überqueren wir die Gemeindestraße und laufen bergauf; an der Kreuzung bei KM 0,5 laufen wir geradeaus bergauf in den Wiesenweg; bei KM 0,7 oben am Berg laufen wir rechts in Richtung Wasserbehälter und dann bei KM 0,8 gleich links in den Wald; bei KM 2,2 an der ersten großen Kreuzung (am Baum links ist die Markierung 2) laufen wir rechts; bei KM 3,6 kommen wir an eine T-Kreuzung und laufen dort links leicht bergauf der Wegemarkierung 2 folgend; bei KM 4,4 laufen wir rechts den Hauptweg weiter; bei KM 5,2 erreichen wir den Radweg und laufen links in Richtung Gaisthal; bei KM 8,2 erreichen wir den alten Bahnhof Gaisthal.

Etappe 2 Gaisthal – Schneeberg

3,8 KM, flach, 6 HM bergauf, 32 HM bergab

Wir starten am alten Bahnhof in Gaisthal und laufen auf dem Freundschaftsradweg auf abfallender Strecke durch den Naturpark „Oberpfälzer Wald“ zum Feuerwehrhaus nach Schneeberg; dabei erreichen wir bei km 1,8 den Ort „Aschahof“; dort überqueren wir die Hauptstraße und laufen weiter auf dem Freundschaftsradweg in Richtung Schneeberg; bei KM 3,7 erreichen wir Schneeberg; dort biegen wir rechts in die Hauptstraße ein und erreichen bei KM 3,8 die Wechselstelle „Feuerwehrhaus Schneeberg“.

Etappe 3 Schneeberg – Muschenried

5,9 KM, flach abfallend, 25 HM bergauf, 63 HM bergab

Wir starten am FW-Haus in Schneeberg und laufen bei KM 0,1 links auf den Aschatalradweg in Richtung Winklarn; bei KM 2,1 erreichen wir Winklarn und bleiben auf dem Radweg; am Ende des Radweges laufen wir links weiter; bei KM 2,2 vor den beiden Garagen rechts und gleich wieder links – immer auf dem kleinen Asphaltweg bleiben; bei KM 2,4 vor der großen Linde laufen wir rechts und bei KM 2,5 – auf Höhe des Umspannturmes – links in den Feldweg entlang der alten Schlossmauer; bei KM 2,6 stoßen wir auf die große Straße und laufen dort links bergab; wir lassen das Sportgelände links liegen und laufen bergab weiter; bei KM 4,4 laufen wir rechts in die kleine Straße in Richtung Haselweiher; bei KM 5,0 laufen wir links in den Feldweg und bei KM 5,2 (links ist ein kleiner Schuppen) laufen wir rechts Richtung Muschenried; bei KM 5,8 erreichen wir Muschenried; links sehen wir den Dorfbrunnen – wir laufen geradeaus über die Hauptstraße in

die Straße „Am Brunnen“; wir folgen der Rechtskurve und erreichen bei KM 5,9 die Wechselstelle am Feuerwehrhaus in Muschenried.

Etappe 4 Muschenried – Kulz **4,4 KM, flach, 45 HM bergauf, 17 HM bergab**

Wir starten an der Wechselstation und laufen links auf die Hauptstraße in Richtung B 22; bei KM 1,8 laufen wir geradeaus über die B 22 in Richtung Krämerhof Kulz; bei KM 2,9 auf Höhe des Granitdenkmals „Stonehenge“ laufen wir geradeaus weiter und erreichen bei KM 3,6 Kulz; bei KM 4,1 laufen wir links in die Straße „Im Tal“ (vor uns sehen wir ein oranges Haus); bei KM 4,3 erreichen wir die Hauptstraße; wir bleiben am Gehsteig und laufen links zum Krämerhof; dort laufen wir rechts am Krämerhof vorbei und erreichen bei KM 4,4 den Stodl „Wechselstation Krämerhof“

Etappe 5 Kulz – Thanstein **3,7 KM, wellig, 37 HM bergauf, 66 HM bergab**

Wir am Stodl hinter den Krämerhof und laufen über die Wiese zum Feuerwehrhaus; dort laufen wir links in die Hauptstraße; bei KM 0,9 am Regenüberlaufbecken biegen wir rechts in den Feldweg ab und folgen der gelb-weiß-gelben Markierung des Oberpfalzweges. Bei KM 1,3 laufen wir geradeaus weiter in Richtung Scheune; bei KM 1,8 rechts weiter der gelb-weiß-gelben Markierung folgend. Bei KM 2,7 laufen wir geradeaus weiter leicht bergauf und bei KM 2,9 vor dem Waldstück laufen wir rechts; bei KM 3,0 – nach dem Holzschuppen – laufen wir links der Wandwegmarkierung folgend; bei KM 3,5 laufen wir rechts an der Thansteiner Kirche vorbei; wir folgen bergab der Linkskurve und laufen über den Bründelsteinweg zur Wechselstelle am Dorfplatz.

Etappe 6 Thanstein – Kröblitz **8,5 KM, leicht wellig, 51 HM bergauf, 195 HM bergab**

Wir laufen von der Wechselstelle nach rechts zur Hauptstraße und dort gleich wieder rechts in Richtung Opel Autohaus; dort biegen wir sofort nach dem Opel Schild links ab; bei KM 0,5 laufen wir weiter am Hauptweg in Richtung Waldrand; bei KM 0,8 laufen wir rechts in Richtung Jedesbach; bei KM 1,9 laufen wir rechts bergab und bei KM 2,2 biegen wir links in die Straße ein; wir laufen bergab an der Reimersäge vorbei; bei KM 2,8 laufen wir links Richtung Eixendorf Talsperre; bei KM 3,1 biegen wir rechts auf den Fußweg zur Talsperre ein und laufen bei KM 3,4 hoch zum Rad-/Wanderweg; dort laufen wir rechts flussabwärts; bei KM 5,7 überqueren wir die Straße und laufen am Radweg weiter bis wir bei KM 8,5 die Wechselstelle FFW-Haus Kröblitz erreichen.

Etappe 7 Kröblitz – Penting **7,9 KM, ansteigend, 114 HM bergauf, 5 HM bergab**

Wir laufen am Radweg weiter und überqueren bei KM 0,1 die Straße; an der Schlossgaststätte vorbei überqueren wir bei KM 0,4 die Hauptstraße und laufen auf dem Radweg in Richtung Neunburg v. W.; bei KM 1,3 nach den ersten Häusern von Neunburg laufen wir durch den Durchlass weiter in Richtung Neunburg; bei KM 1,9 an der Schwarzachtalhalle laufen wir gerade weiter; bei KM 2,1 an der Halle vorbei auf

dem Radweg weiter laufen; bei KM 2,7 laufen wir halbrechts – leicht ansteigend - in die Krankenhausstraße; bei KM 2,8 beim Finanzamt laufen wir geradeaus weiter; bei KM 3,0 laufen wir links in die Bahnhofstraße; bei KM 3,2 – kurz vor der Baywa – laufen wir auf den Radweg; wir laufen bis KM 6,8 immer leicht ansteigend (90 hm) bis zum alten Bahnhof Penting und laufen vor dem Durchlass links hoch zur Straße; dort laufen wir links weiter in Richtung Penting; bei KM 7,6 vor der Kirche laufen wir rechts; bei KM 7,7 laufen wir links und gleich wieder links zum FFW-Haus das wir bei KM 7,9 erreichen.

Etappe 8 Penting – Bodenwöhr **8,3 KM, bergab, 22 HM bergauf, 121 HM bergab**

Wir wechseln vor dem FW-Haus und laufen gleich danach rechts auf den Dorfplatz; Bei KM 0,1 nach der Umrundung des FW-Hauses laufen wir vor dem Stodl links; vor dem orangen Haus laufen wir geradeaus in die Bucher Straße; bei KM 0,3 bei der Eiche laufen wir geradeaus weiter Richtung Windmais/Buch; bei KM 0,5 vor dem Oberpfälzer Gala-Bau Sölch laufen wir rechts, der Wandermarkierung folgend in den Feldweg; wir laufen auf dem schönen Wiesenweg bergab und bei KM 1,2 in den Wald parallel zum Radweg; bei KM 1,6 laufen wir rechts hoch zum Radweg und laufen auf diesem weiter in Richtung Bodenwöhr; bei KM 4,0 laufen wir am Sportgelände Erzhäuser/Windmais vorbei auf dem Radweg in Richtung Bodenwöhr; bei KM 4,3 laufen wir durch den Durchlass und dann links immer auf dem Radweg; bei KM 6,9 auf Höhe der Firma tremco Illbruck erreichen wir Blechhammer und laufen am Radweg weiter; bei KM 7,9 erreichen wir Bodenwöhr und überqueren die Straße; wir laufen auf dem Gehweg weiter und bei KM 8,1 halblinks in die Buchbergstraße (nicht zum Kinderhort); bei KM 8,3 laufen wir links zur Hammerseehalle und erreichen die Wechselstation am Vorplatz

Etappe 9 Bodenwöhr - Bruck **4,3 KM, bergab, 12 HM bergauf, 31 HM bergab**

Nach dem Wechsel laufen wir über den Parkplatz in Richtung des Basketballkorbes und dort auf dem Wiesenweg parallel der Häuser in Richtung Wald; bei KM 0,3 am Waldrand laufen wir links; bei KM 0,7 nach der Bergabpassage laufen wir rechts weiter am Feldweg; bei KM 0,9 an der Ortstafel Bodenwöhr laufen wir geradeaus weiter; bei KM 1,2 laufen wir unter der Bahnbrücke durch und folgen der Linkskurve; bei KM 1,4 überqueren wir den Sulzbach und laufen am Strommasten sofort links entlang des Baches; bei KM 1,7 laufen wir rechts weiter auf der Teerstraße; bei KM 1,9 links auf dem Radweg in Richtung Bruck; bei KM 2,3 laufen wir links zum Durchlass und unter der B 85 durch; bei KM 2,6 nach dem Wirtshaus laufen wir rechts nach Mögendorf; bei KM 2,9 links auf dem Radweg; bei KM 3,3 laufen wir links unter der Straße durch Richtung Bruck; bei KM 3,4 gleich wieder links; bei KM 3,6 auf Höhe des Hauses mit der Hausnummer 13 nicht auf den Radweg, sondern der Rechtskurve auf der Straße folgen; bei KM 3,8 laufen wir gerade über die Straße zur kleinen Brücke; wir laufen über den Bach und bei KM 4,0 vor dem Holzhaus links; bei KM 4,1 folgen wir der Rechtskurve und laufen geradeaus zum Sportgelände, das wir bei KM 4,3 erreichen.

Etappe 10 Bruck – Nittenau

7,7 KM, flach abfallend, 15 HM bergauf, 45 HM bergab

Nach dem Wechsel verlassen wir das Sportgelände und laufen rechts die Danziger Straße leicht bergauf; bei KM 0,2 vor der Norma laufen wir links und bei KM 0,3 rechts auf den Radweg; bei KM 0,4 laufen wir unter der großen Straße durch und dann links Richtung Nittenau; bei KM 1,4 (links sehen wir TOM's Motorradladen) laufen wir geradeaus weiter und bei KM 1,6 links über die kleine Brücke; bei KM 1,7 in der Linkskurve verlassen wir den Radweg und laufen rechts auf der Straße – parallel zum Fabrikgelände - weiter; bei KM 2,1 folgen wir der Linkskurve und laufen über das Bahngleis; bei KM 2,2 biegen wir rechts in die BGM-Hölzl-Str. ab; bei KM 2,5 laufen wir geradeaus in Richtung Flugplatz; bei KM 3,4 lassen wir den Flugplatz links liegen und folgen der Radwegmarkierung; bei KM 4,0 vor der Firma Schöneke laufen wir links und gleiche wieder rechts der Radwegmarkierung folgend; bei KM 4,8 laufen wir geradeaus in Richtung Annahaid; bei KM 5,5 laufen wir rechts der Radwegmarkierung folgend; bei KM 5,8 laufen wir rechts (am Schild steht Nittenau 1,9 KM); bei KM 6,0 am neuen weißen Haus laufen wir geradeaus weiter; bei KM 6,4 nach der Norma laufen wir links; bei KM 6,9 an der Eisdiele geht es geradeaus weiter; bei KM 7,0 laufen wir rechts in die Fischbacher Straße, bei KM 7,2 links in den Lärchenweg und gleich wieder links zum Parkplatz beim Campingplatz, wir folgen der ausgeschilderten Strecke über die Angerinsel und dem Regenuferweg zum Ziel an der Regentalhalle!

Gesamt: 62,7 KM

483 HM bergauf – 761 HM bergab