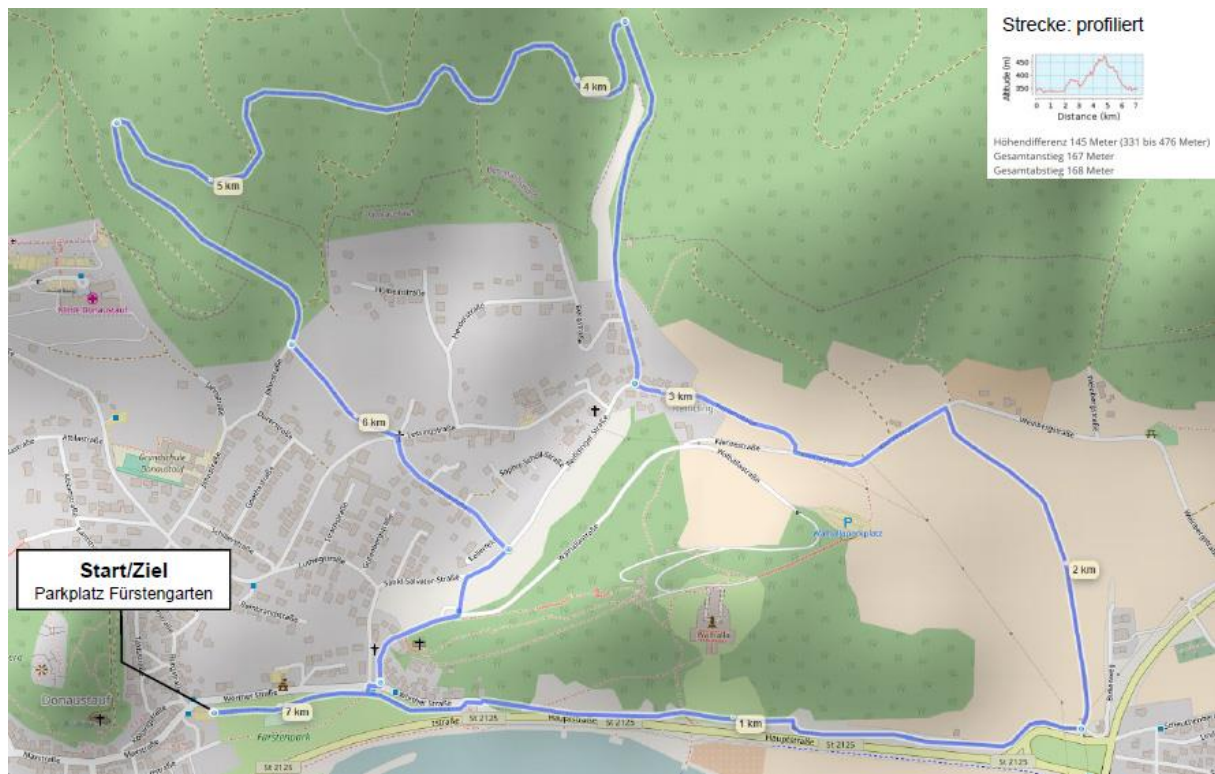


7,1 km Nordic Walken + Waldlauf



Vom Start weg geht es in Richtung Osten durch den Fürstengarten und entlang der Walhalla. Bei Sulzbach nach links einen kleinen Anstieg hinauf. Oben, hinter der Walhalla angekommen, links abbiegen und kurz darauf rechts Richtung Reiflding weiter. In Reiflding rechts abbiegen von dort geht es in den Donaustauer Forst. Im Wald die erste Abzweigung nehmen. Entlang der südlichen Hänge schlängelt sich der Weg erst aufwärts dann abwärts bis zur Jahnstraße. Dort am ersten Wohnhaus Linksabbiegen entlang des „alten Baches“. Danach gerade aus der Fatimastraße folgen und am Ende rechts abbiegen. Nochmals rechts in die Walhallastraße abbiegen bis Ecke Wörther Straße/Ludwigstraße. Dort die Wörther Straße überqueren und im Fürstengarten ins Ziel Walken.

5,4 km Lauf



Der Start erfolgt Richtung Westen durch den historischen Ortskern Donaustaufs bis Donaustauf West Bauernbrücke. Erst links abbiegen, die Bauernbrücke überqueren und rechts in Richtung Tegernheim weiter. Kurz darauf rechts einbiegen, dann zweimal links (Schleife) und in entgegengesetzter Richtung (Sulzbach/Demling) dem Dammweg/Donausradweg folgen. Nun geht es gerade bis zur **Unterführung Walhalla**. **ACHTUNG: Hier ist der Abzweig für die 5km und 10km Strecke!** Die 5km Strecke geht links unter der Unterführung durch und nach 20m wieder links unter der Walhalla entlang. Bei Donaustauf Ost die Straße überqueren, im Fürstengarten einbiegen und Richtung Ziel laufen.

10,2 km Lauf



Der Start erfolgt Richtung Westen durch den historischen Ortskern Donaustaufs bis Donaustauf West Bauernbrücke. Erst links abbiegen, die Bauernbrücke überqueren und rechts in Richtung Tegernheim weiter. Kurz darauf rechts einbiegen, dann zweimal links (Schleife) und in entgegengesetzter Richtung (Sulzbach/Demling) dem Dammweg/Donausradweg folgen. Nun geht es gerade bis zur Wende in Demling weiter. **ACHTUNG: bei der Unterführung Walhalla ist der Abzweig für die 5km und 10km Strecke! Die 10km Strecke gerade weiter bis zur Wende Demling.** Erst nach der Wende geht es zurück Richtung Donaustauf bis zur Unterführung Walhalla. Dort rechts abbiegen und unter der Unterführung Walhalla durch. Nach 20m links und unter der Walhalla entlang. Bei Donaustauf Ost die Straße überqueren, im Fürstengarten einbiegen und Richtung Ziel laufen.

1,6 km Kid's Run

