

1. Streckenabschnitt: Edelsfeld - Holnstein (6,4 km)

Verantwortlich: FC Edelsfeld und FFW Edelsfeld

Start: beim Hotel Greif auf der Sulzbacher Straße

Nach dem Start laufen wir auf der Sulzbacher Straße auf ansteigender Strecke. Bei km 0,4 biegen wir nach rechts ab Richtung Habres/Bernricht; gleich anschließend biegen wir nach links ab und laufen auf ansteigender Strecke Richtung Sportplatz. Bei km 0,9 passieren wir die Sportanlage und laufen anschließend auf überwiegend abfallendem Weg (=Alte Bernrichterstraße) durch den Wald, bis wir nach 1,9 km den Wald verlassen. Bei km 2,1 überqueren wir die Gemeindeverbindungsstraße und laufen auf einem Feldweg Richtung Wald; bei km 2,6 biegen wir unmittelbar vor dem Wald nach links ab und laufen am Waldrand entlang. 200 m weiter führt der Weg wieder ins Freie und bei km 3,2 biegen wir am Ortsrand von Bernricht nach rechts ab in einen abfallenden Weg Richtung Eiselbachtal (weiß-blaue Markierung), der uns nach 3,4 km in den Wald führt. Bei km 3,6 zweigt nach links ein Weg ab, wir laufen aber geradeaus weiter; bei km 3,9 (**Erfrischungsstation**) biegen wir nach links ab und laufen bei zuerst abfallendem und dann ebenem Verlauf auf einem breiten Waldweg weiter (wir folgen weiterhin der Markierung des Eiselbachtalweges). Bei km 4,7 laufen wir bei einer Wegekreuzung geradeaus und bei km 5,2 laufen wir vor einer starken Rechtskurve an dem ehem. Bräukeller der Schloßbrauerei Holnstein vorbei und anschließend nach rechts über den Eiselbach; bei km 5,5 passieren wir eine Kneipp-Anlage und verlassen den Wald. Unser Laufweg führt nun geradeaus auf Oberreinbach zu; wir erreichen den Ort nach 5,7 km, laufen weiter bis zur Gemeindeverbindungsstraße Oberreinbach-Schnellersdorf, in die wir bei km 6,0 nach links einbiegen. Auf dieser Straße erreichen wir nach 6,4 km die Wechselstation beim Feuerwehrhaus am Ortsanfang von Holnstein.

2. Streckenabschnitt: Holnstein - Röckenricht (4,5 km)

Verantwortlich: FFW Holnstein

Wechsel: beim Feuerwehrhaus am Ortsanfang von Holnstein

Nach dem Wechsel überqueren wir geradeaus die Staatsstraße 2164 und folgen der Straße Richtung Neukirchen. Bei km 0,8 biegen wir nach links ab Richtung Haghof und ca. 10 m weiter nehmen wir bei einer Straßengabelung die rechte Abzweigung und laufen auf ebener Strecke Richtung Haghof. Bei km 1,2 fällt die Laufstrecke stärker ab und nach 1,7 km erreichen wir die Ortschaft Haghof, durch die wir geradeaus laufen. Bei km 2,1 stoßen wir am Ortsschild von Haghof auf eine Straße, in die wir nach links einbiegen, und 100 m weiter biegen wir unmittelbar vor dem Ende des Waldstücks nach rechts ab in einen Waldweg, der mit einem roten Kreis auf weißem Grund beschildert ist. Wir bleiben auf diesem breiten Weg, bis wir bei km 2,8 (**Erfrischungsstation**) im Wald auf einen breiten Waldweg stoßen, in den wir nach rechts einbiegen. 200 m weiter verlassen wir kurz den Wald und 200 m weiter führt uns unser Laufweg (=Wanderweg Nr. 6) bei einem Jägersitz wieder in den Wald (weiterhin ebener Verlauf); bei km 3,7 unterqueren wir die Bahnlinie. Bei km 4,0 biegen wir nach links in eine geteerte Flurbereinigungsstraße ein, die uns nach 4,5 km zur Wechselstation am Ortsrand von Röckenricht führt.

3. Streckenabschnitt: Röckenricht – Sulzbach-Rosenberg (8,8 km)

Verantwortlich: FFW Röckenricht

Wechselstation: beim Kinderspielplatz in Röckenricht

Nach dem Wechsel laufen wir nach rechts auf der Teerstraße weiter und biegen nach 300 m unmittelbar vor der Hauptstraße nach rechts ab; auf dieser Teerstraße verlassen wir 100 m weiter Röckenricht in Richtung Niederricht. Bei km 0,8 überqueren wir geradeaus die Hauptstraße und laufen auf nun ansteigender Straße weiter; bei km 1,3 endet der Anstieg und wir laufen nun auf ebener bis abfallender Strecke weiter Richtung Niederricht. Niederricht erreichen wir nach 1,8 km und wir laufen nun durch die Ortschaft; am Ortsende von Niederricht biegen wir in einer Linkskurve nach rechts ab Richtung Wasserschutzgebiet (weiterhin Teerstraße). Bei km 2,7 geht bei einem Jägerhochsitz die Teerstraße in einen breiten Schotterweg über, der zunächst am Waldrand entlang verläuft; bei km 2,9 biegen wir bei einem weiteren Jägerhochsitz (**Erfrischungsstation**) scharf nach rechts ab und laufen auf einem breiten Schotterweg bei zunächst ebenem und dann abfallendem Streckenverlauf weiter. Bei km 3,5 unterqueren wir die Bahnlinie und biegen bei km 3,7 am Waldrand nach links ein in den sogenannten Haselgraben, der eben verläuft. Bei km 4,2 zweigt nach rechts ein Weg ab, wir folgen aber dem breiten Schotterweg, der nach links verläuft, und laufen über eine kleine Brücke weiter; bei km 4,4 stoßen wir auf einen breiten Schotterweg, in den wir nach rechts einbiegen. Wir bleiben nun auf diesem breiten Schotterweg, der überwiegend eben verläuft. Bei km 5,3 verlassen wir beim Wasserwerk Haselgraben den Wald und laufen weiter auf diesem breiten Schotterweg, der zunächst am Waldrand und dann noch ein kurzes Stück im Wald verläuft. Bei km 5,5 verlassen wir den Wald und laufen Richtung B 85; bei km 5,9 biegen wir nach links in die B 85 ein, überqueren sie an dieser Stelle und biegen 50 m weiter nach rechts ab (**Erfrischungsstation**) und folgen der rechten Abzweigung (einer ansteigenden Teerstraße). Bei km 6,4 unterqueren wir die Bahnlinie und bei km 6,6 stoßen wir senkrecht auf eine Vorfahrtsstraße, in die wir nach links einbiegen, und gleich anschließend biegen wir nach rechts ab (Seidersberg 1,2,3,5,10). 100 m weiter nehmen wir bei einer Weggabelung die linke gepflasterte Abzweigung (Rotstrich-Markierung folgen!) und 150 m weiter biegen wir nach rechts ab; 200 m weiter stoßen wir beim Wald senkrecht auf einen Weg, in den wir nach rechts einbiegen (zunächst ebene und abfallende, dann ansteigende Strecke). Bei km 7,8 (bei

einem Bauernhof) laufen wir nach rechts in eine abfallende Teerstraße und laufen 200 m weiter über den Erlbach in die Stadt Sulzbach-Rosenberg; 100 m weiter biegen wir nach links in die Ernst-Reuther-Straße ein und bei km 8,4 biegen wir nach links ab in die Berliner Straße. 150 m weiter biegen wir wieder nach links in die Peter-Fechner-Straße ein, laufen beim Brückenstüberl nach rechts über den Erlbach in den ehemaligen Sportplatz des TV Sulzbach-Rosenberg und anschließend biegen wir nach links in die Laufbahn ein und erreichen nach 8,8 km auf der Gegenseite die Wechselstation in Sulzbach-Rosenberg.

4. Streckenabschnitt: Sulzbach-Rosenberg – Großalbershof/Forsthof (6,6 km)

Verantwortlich: TV Sulzbach und FFW Sulzbach

Wechsel: beim ehemaligen Sportplatz des TV Sulzbach-Rosenberg (heute Realschul-Sportplatz)

Nach dem Wechsel verlassen wir auf der Laufbahn den Sportplatz in Richtung Tennishalle, biegen nach 300 m nach links in die zunächst ansteigende Straße („Schießstätte“) ein und folgen dieser Straße, auf der wir Sulzbach-Rosenberg verlassen. Bei km 1,0 zweigt nach rechts ein Weg ab, wir laufen aber weiter auf dem breiten ansteigenden Teerweg (rechts ist der Judenfriedhof). Bei km 1,1 stoßen wir am Ende des Waldes auf einen breiten Schotterweg, in den wir nach rechts einbiegen (ab hier Ende des Anstiegs); gleich anschließend kommen wir zu einer Weggabelung, wir nehmen hier die linke Abzweigung. Bei km 1,8 kommen wir zu einem großen Bauernhof, davor zweigt unser Laufweg, jetzt wieder geteert, nach rechts ab (ab hier kurzes und leicht ansteigendes Stück). Bei km 2,1 kommen wir zu einer Straßengabelung, wir nehmen die linke Abzweigung; bei km 2,4 bei der Ortschaft Großenfalz kommen wir wieder zu einer Weggabelung, wir nehmen die rechte Abzweigung und laufen weiter auf der geteerten Straße. Bei km 2,7 kommen wir beim FFW-Haus zu einer Weggabelung, wir nehmen die rechte Abzweigung und laufen nun weiter auf einem breiten Schotterweg, der ansteigend verläuft. Bei km 3,4 kommen wir zu einer Wegekreuzung, hier biegen wir nach links ab und folgen der Beschilderung „Forsthof“. Bei km 3,8 biegen wir vor dem Wald nach schräg links ab in einen Wiesenweg, der am Waldrand entlang verläuft, nach ca. 100 m führt uns dieser Weg in den Wald (**Erfrischungsstation**). Dieser Weg verläuft im Wald zunächst ein kurzes Stück eben und dann abfallend. Bei km 4,6 biegen wir nach rechts in einen breiten Waldweg ein, auf dem wir 100 m weiter den Wald verlassen, und 50 m weiter stoßen wir senkrecht auf eine geteerte Flurbereinigungsstraße, in die wir nach rechts einbiegen. Bei km 4,9 laufen wir auf diesem geteerten Weg in ein kurzes Waldstück (leicht ansteigend); nach ca. 100 m geht dieser geteerte Weg in einen breiten Waldweg über. Bei km 5,3 verlassen wir den Wald und laufen jetzt auf einem breiten geschotterten Weg zwischen Waldrand und Bahndamm; auf diesem Weg unterqueren wir dann bei km 5,3 die Eisenbahnlinie und laufen nun auf der anderen Seite am Bahndamm entlang (ebener Streckenverlauf). Auf diesem Weg, der kurz vor der Ortschaft Forsthof noch einmal leicht ansteigt, kommen wir bei km 6,1 an einer Kapelle vorbei und gleich anschließend biegt dieser jetzt geteerte Weg nach links ab und auf diesem geteerten Weg erreichen wir dann bei km 6,2 die Ortschaft Forsthof. Wir kommen bei km 6,5 am Gasthaus Heldrich vorbei und biegen gleich anschließend nach links ab, bleiben auf dieser breiten Teerstraße und erreichen bei km 6,6 die Wechselstation beim Sportgelände des FC Großalbershof in Forsthof.

5. Streckenabschnitt: Großalbershof/Forsthof – Weißenberg (5,7 km)

Verantwortlich: FC Großalbershof und FFW Großalbershof

Wechsel: beim Sportplatz des FC Großalbershof in Forsthof

Nach dem Wechsel stoßen wir beim Bushäuschen auf die AS 11, in die wir nach links einbiegen. Wir laufen nun auf der linken Seite auf dieser Straße Richtung Gassenhof; nach 1,6 km erreichen wir die Ortschaft Gassenhof, durch die wir geradeaus laufen, und folgen weiter der Straße Richtung Sinnleithen. Bei km 2,2 laufen wir in die Ortschaft Sinnleithen und folgen weiterhin dieser Straße und bei km 2,6 (Ortsende Sinnleithen) biegen wir nach rechts ab Richtung Weißenberg. Auf abfallender Strecke laufen wir nach Steinling, das bereits in Sichtweite ist und das wir nach 3,1 km erreichen (**Erfrischungsstation**). Wir folgen geradeaus dieser Straße und in der Ortsmitte laufen wir ganz kurz nach links und gleich anschließend wieder nach rechts und folgen der Beschilderung nach Weißenberg. Wir laufen einen kurzen steilen Anstieg (links ist das frühere Schulhaus von Steinling) und verlassen auf dieser Straße nach 3,7 km Steinling. Die Straße fällt noch ca. 100 m ab und dann beginnt ein längerer Anstieg, der bei km 4,8 in einem Waldstück endet. Die Straße führt uns nun bei zunächst ebenem und dann stärker abfallendem Verlauf nach Weißenberg, das wir nach 5,3 km erreichen. Wir laufen Richtung Ortsmitte, stoßen bei km 5,4 auf eine Vorfahrtsstraße, in die wir nach links einbiegen, und 200 m weiter stoßen wir auf die Straße Edelsfeld - Schönling, in die wir nach rechts einbiegen und 10 m weiter biegen wir nach links ein und erreichen vor dem dunkelgelben Bauernhof (Haus Nr. 18) nach 5,7 km die Wechselstation Weißenberg.

6. Streckenabschnitt: Weißenberg – Oberweißenbach (3,4 km)

Verantwortlich: FFW Weißenberg

Wechselstation: vor dem Haus Nr. 18 in Weißenberg (dunkelgelbes Gebäude)

Nach dem Wechsel laufen wir bei stark ansteigendem Streckenverlauf auf der Teerstraße weiter und verlassen nach 100 m die Ortschaft Weißenberg; bei km 0,2 kommen wir vor der Kirche zu einer Wegegabelung, hier nehmen wir die rechte Abzweigung, und laufen nun auf einem gepflasterten Flurbereinigungsweg bei weiterhin stark ansteigender Strecke

weiter. Bei km 0,8 kommen wir zu einer Wegekreuzung, wir laufen hier geradeaus weiter (Ende des Anstiegs). 100 m weiter führt uns dieser breite Schotterweg in den Wald; bei km 1,6 verlassen wir den Wald, 50 m weiter zweigt nach links ein Weg ab, wir bleiben aber auf diesem breiten Schotterweg, der nach halbrechts führt. Bei km 2,1 stoßen wir senkrecht auf eine Teerstraße (**Erfrischungsstation**), die wir geradeaus überqueren, und folgen nun auf breitem Schotterweg dem Radwanderweg Nr. 12 Richtung Oberweißenbach, das bereits in Sichtweite ist (weiterhin ebener Streckenverlauf). Bei km 3,3 stoßen wir am Ortsanfang von Oberweißenbach senkrecht auf die Gemeindeverbindungsstraße Wickenricht – Unterweißenbach, die wir geradeaus überqueren, und erreichen 100 m weiter nach 3,4 km die Wechselstation Oberweißenbach.

7. Streckenabschnitt: Oberweißenbach – Schlicht (4,5 km)

Verantwortlich: SC Unterweißenbach und FFW Sigl

Wechselstation: am oberen Ortsrand von Oberweißenbach

Nach dem Wechsel laufen wir geradeaus weiter auf dem breiten Schotterweg; nach 700 m (links ist ein Hochsitz) führt uns der Weg durch ein kurzes Waldstück und bei km 1,0 wieder ins Freie (ebener bis abfallender Streckenverlauf). Bei km 1,2 kommen wir zu einer Wegegabelung, hier nehmen wir die linke Abzweigung, die uns am Waldrand entlang führt (=Teufelsweg). Bei km 1,5 zweigt nach links ein Weg ab, wir laufen aber geradeaus weiter und dieser Weg führt uns nun in den Wald. Bei km 1,7 zweigt nach rechts ein Weg ab, wir laufen auf abfallender Strecke geradeaus weiter; 200 m weiter führt uns dieser Weg aus dem Wald und bei km 2,0 erreichen wir die Ortschaft Reisach (Übergang in eine Teerstraße). Bei km 2,2 kommen wir zu einer Wegegabelung, an der wir die linke Abzweigung nehmen, und auf dieser Straße laufen wir nun durch die Ortschaft Reisach (abfallende Strecke). Bei km 2,7 stoßen wir senkrecht auf die Hauptstraße, die wir geradeaus überqueren, und unmittelbar nach dem ersten Haus nach der Überquerung biegen wir nach rechts ab (**Erfrischungsstation**) und laufen nun auf einem breiten Schotterweg Richtung Schlicht, das bereits in Sichtweite ist. Bei km 2,9 zweigt nach links ein Schotterweg ab, wir laufen aber geradeaus weiter; bei km 3,6 kommen wir an einem Materl vorbei und bei km 4,2 kommen wir zu einer Wegegabelung, hier nehmen wir die linke Abzweigung und laufen anschließend auf der Teerstraße weiter Richtung Sportgelände des 1. FC Schlicht. Die Wechselstation Schlicht erreichen wir nach 4,5 km beim Vereinsheim des 1. FC Schlicht.

8. Streckenabschnitt: Schlicht – Adlholz (7,0 km)

Verantwortlich: 1. FC Schlicht und FFW Schlicht

Wechselstation: auf der Straße vor dem Sportheim des 1. FC Schlicht

Nach dem Wechsel laufen wir Richtung Hauptstraße, in die wir nach 100 m nach rechts einbiegen. Wir laufen nun auf dem Bürgersteig entlang der Brauerei und biegen nach 300 m nach links ab und laufen nach halbrechts in die Winklergasse. 100 m weiter stoßen wir auf die Amberger Straße, in die wir nach links einbiegen, und laufen nun auf dem Bürgersteig auf der linken Straßenseite weiter; 150 m weiter überqueren wir die Amberger Straße nach rechts und laufen auf dem ansteigenden Galgenweg weiter. Bei km 0,8 nehmen wir bei einer Weggabelung (vor einem Haus) die linke Abzweigung und laufen auf einem leicht ansteigenden Feldweg weiter; bei km 1,3 zweigt nach rechts ein Weg ab, wir laufen geradeaus weiter und bei km 1,8 stoßen wir auf einen Weg, in den wir nach links einbiegen. 50 m weiter stoßen wir senkrecht auf einen breiten Schotterweg (=Teufelsweg), in den wir nach rechts einbiegen; wir laufen nun in den Wald und folgen dem Radwanderweg Nr. 2 (ansteigend). Bei km 2,5 kommen wir auf diesem breiten Schotterweg zu einer Wegekreuzung (links ist ein Materl), hier laufen wir geradeaus weiter (weiterhin ansteigend). Bei km 2,8 zweigt nach rechts ein Weg ab, wir laufen aber geradeaus weiter auf dem breiten Schotterweg, der uns 200 m weiter wieder in den Wald führt; 100 m weiter zweigt nach rechts ein Weg ab, wir laufen aber geradeaus weiter. Bei km 3,4 kommen wir zu einer Wegegabelung, wir nehmen die linke schmalere Abzweigung (an einem Baum hängt ein Hinweisschild Radwanderweg Nr. 2). 100 m weiter führt uns der Laufweg bei weiterhin ansteigendem Verlauf zunächst ins Freie und 200 m weiter am Waldrand entlang. Nach einem kurzen Stück im Wald biegen wir bei einer Wegekreuzung (rechts ist ein Materl) nach links ab (**Erfrischungsstation**) und laufen nun auf ebener Strecke weiter. Bei km 4,1 zweigt nach rechts ein Weg ab, wir laufen aber geradeaus weiter und folgen dem breiten Schotterweg, der anschließend am Waldrand und dann ein kurzes Stück durch den Wald führt. Bei km 4,6 biegen wir bei einer Wegekreuzung nach einem kurzen Waldstück nach rechts ab und laufen nun auf abschüssiger Strecke weiter; 300 m weiter kommen wir an einem Materl vorbei und nach einem kurzen ansteigenden Teerstück biegen wir bei km 5,1 nach links ab in einen breiten geschotterten Weg. Bei km 5,6 kommen wir zu einer Wegegabelung, hier nehmen wir die rechte Abzweigung und laufen auf ebener Strecke weiter. Bei km 5,8 führt uns unser Laufweg ca. 10 m nach rechts und gleich anschließend wieder nach links und wir laufen auf zunächst abfallender Strecke weiter. Bei km 6,1 geht der Schotterweg in eine Teerstraße über, bei km 6,3 laufen wir bei einer Parkbank geradeaus über eine Wegekreuzung und bei km 6,5 biegen wir bei einer Wegekreuzung nach rechts ab in eine ansteigende Teerstraße und laufen Richtung Adelholz, das bereits in Sichtweite ist. Bei km 6,7 laufen wir in die Ortschaft Adelholz hinein und dann auf abschüssiger Strecke vor bis zur Hauptstraße, die wir geradeaus überqueren (**Achtung beim Training! Unübersichtliche Kurve!**); wir laufen jetzt an der Kapelle vorbei und erreichen nach 7,0 km die Wechselstation Adlholz bei der Bierwirtschaft Fenk.

9. Streckenabschnitt: Adlholz – Schalkenthan (6,4 km)

Verantwortlich: FFW Adlholz

Wechselstation: bei der Bierwirtschaft Fenk in Adlholz

Nach dem Wechsel laufen wir auf ansteigender Teerstraße weiter; 100 m weiter verlassen wir Adlholz und laufen auf weiterhin ansteigender Teerstraße Richtung Wald. Bei km 0,6 geht die Teerstraße in einen breiten Schotterweg über, der weiterhin ansteigend verläuft; bei km 0,8 zweigt nach rechts ein Weg ab, wir laufen aber geradeaus auf dem breiten Schotterweg weiter. 100 m weiter führt uns der Weg zunächst durch lichten Wald (Wegmarkierung rotes Kreuz auf weißem Grund). Bei km 1,6 zweigt nach rechts ein Weg ab, wir laufen aber geradeaus weiter und laufen nun in ein dichteres Waldstück auf weiterhin ansteigender Strecke. Bei km 2,0 biegen wir nach rechts in einen Weg ein und folgen dem Hinweisschild nach Kainsricht (Ende des Anstiegs). Bei km 2,3 ist auf der rechten Seite eine umzäunte Sandgrube und 100 m weiter nehmen wir bei einer Wegekreuzung die rechte Abzweigung und wiederum 100 m weiter biegen wir nach rechts ab in den sogenannten Sandgrubenweg, der zunächst eben und dann abfallend an der Sandgrube entlang verläuft. Bei km 2,7 zweigt nach rechts ein Weg ab, wir laufen geradeaus weiter auf zunächst ebenem und dann abfallendem Weg. 100 m weiter laufen wir an einem Marterl vorbei und wiederum 100 m weiter zweigt nach links ein Weg ab, wir laufen aber geradeaus weiter. Ab km 3,6 fällt die Strecke stärker ab und bei km 3,9 (**Erfrischungsstation**) verlassen wir bei einem Jägerhochsitz den Wald und laufen jetzt auf abschüssigem Schotterweg weiter. 300 m weiter biegen wir bei einer Wegekreuzung nach links ab in einen breiten Schotterweg, der zunächst eben verläuft (= Sandgrubenweg). Bei km 4,9 kommen wir an einem Jägerhochsitz vorbei, der sich in einer Baumgruppe befindet; bei km 5,3 führt uns der breite Schotterweg nach rechts und 200 m weiter geht dieser Schotterweg bei weiterhin abfallendem Verlauf in eine Teerstraße über. Auf dieser bis zum Schluss stark abfallenden Teerstraße erreichen wir nach 6,4 km die Wechselstation am Ortsanfang von Schalkenthan vor dem Haus Nr. 4.

10 . Streckenabschnitt: Schalkenthan - Kainsricht (2,0 km)

Verantwortlich: SV Hahnbach und FFW Süß

Wechsel: Schalkenthan vor dem Haus Nr. 4 (dunkelgelbes Anwesen)

Nach dem Wechsel laufen wir vor bis zum Vorfahrtsschild und biegen nach links ein in die ansteigende Straße nach Kainsricht; 100 m weiter verlassen wir Schalkenthan und laufen auf weiterhin ansteigender Strecke. Bei km 1,0 (rechts ist ein Marterl) endet der Anstieg und jetzt fällt die Strecke ca. 200 m ab und steigt anschließend wieder ca. 150 m an. Danach laufen wir auf abschüssiger Straße in die Ortschaft Kainsricht, die wir nach 1,8 km erreichen. Nun laufen wir Richtung Ortsmitte und erreichen nach 2,0 km die Wechselstation bei der Kapelle St. Johannes.

11 . Streckenabschnitt: Kainsricht – Gebenbach (3,3 km)

Verantwortlich: Dorfgemeinschaft Kainsricht und FFW Gebenbach

Wechsel: Ortsmitte von Kainsricht bei der Kapelle

Nach dem Wechsel laufen wir nach rechts und 50 m weiter biegen wir vor dem Dr.-Hans-Raß-Brunnen bei einer Straßengabelung wieder nach rechts ab; nach dem letzten Gebäude biegen wir bei km 0,3 nach links ab in einen Fußgänger- und Radweg. 150 m weiter unterqueren wir die B 299 und laufen auf nun ansteigender Strecke durch den Wald. Bei km 0,6 biegen wir am Waldrand nach links ab und laufen auf nun leicht ansteigender Strecke weiter auf diesem Weg am Waldrand entlang. Bei km 0,8 kommen wir an einem Jägersitz vorbei und 100 m weiter steigt der Weg, der weiterhin am Waldrand entlang verläuft, wieder stärker an; bei km 1,2 führt der Weg vom Waldrand ins Freie und auf diesem Feldweg stoßen wir am Ortsrand von Gebenbach bei km 1,8 auf die Atzmansrichter Straße, die wir geradeaus überqueren. Wir laufen nun auf einem Schotterweg an der Kalvarienbergkapelle (**Erfrischungsstation**) und der Kreuzigungsgruppe vorbei und biegen 50 m weiter nach rechts ab in einen abfallenden gepflasterten Weg. Bei km 2,0 stoßen wir auf die Straße „Am Kalvarienberg“, in die wir nach links einbiegen. Auf dieser Straße verlassen wir geradeaus Gebenbach und laufen nun auf einem Schotterweg weiter. Bei km 2,3 kommen wir zu einer Weggabelung, wir nehmen hier die linke Abzweigung, die nun stärker abfällt (rechts ist ein Marterl), und 100 m weiter biegen wir unmittelbar vor einem Graben nach rechts ab und unser Laufweg verläuft nun parallel zu diesem Graben. Bei km 2,6 überqueren wir diesen Graben zwischen zwei Bäumen und nun verläuft unser Laufweg auf der anderen Seite des Grabens, ebenfalls parallel dazu. 200 m weiter überqueren wir diesen Graben wieder nach rechts und bleiben auf diesem Schotterweg, der auf der rechten Seite eines Fischweihers verläuft. Bei km 2,9 stoßen wir senkrecht auf eine Teerstraße, in die wir nach rechts einbiegen, und laufen auf ebener Strecke weiter in Richtung einer großen Scheune (auf der rechten Seite ist die Firmenhalle der Firma Milde bereits zu sehen, in der die Siegerehrung stattfindet). Bei km 3,2 biegen wir nach der Scheune nach rechts ab, laufen über eine große Wiese und erreichen bei km 3,3 vor der Firmenhalle der Fa. Milde das Ziel in Gebenbach.