

1. Streckenabschnitt: Freudenberg – Pursruck 3,8 km

Verantwortlich: SV Freudenberg – FF Freudenberg-Wutschdorf

Start: Vor der Brauerei Märkl

50 m nach dem Start laufen wir auf der Hauptstraße nach rechts. Nach 100 m laufen wir geradeaus von der Hauptstraße in die Badstraße weiter. Nach 20 m zweigt nach links der Urlweg ab, wir laufen gerade auf leicht ansteigender Strecke auf der Badstraße weiter, die hier eine Linkskurve macht. Nach 50 m zweigt nach rechts der Vordere Hochweg ab, wir laufen geradeaus auf der Badstraße weiter. Bei km 0,6 verlassen wir Freudenberg und laufen in Richtung Hötzelsdorf weiter. Nach 200 m laufen wir am Freudenberger Freibad vorbei und erreichen bei km 1,3 die Ortschaft Hötzelsdorf. Nach 200 m, hier endet die Teerstraße, kommen wir an eine Wegegabelung und laufen auf dem rechten Schotterweg weiter. Bei km 1,7 zweigt nach rechts ein Weg ab, wir bleiben gerade auf dem breiteren Schotterweg. Nach 150 m kommen wir an eine Wegegabelung hier laufen wir nach links. Bei km 2,2 erreichen wir eine Wegegabelung, wir laufen gerade auf nun abfallender Strecke weiter. Bei km 2,4 kommen wir erneut an eine Wegegabelung, wir laufen nach rechts weiter. Nach 100 m kommen wir an eine weitere Wegegabelung, wir laufen nach links in den abfallenden Schotterweg. Bei km 2,9, hier endet der abfallende Streckenverlauf, stoßen wir auf die Kreisstraße AS 18 in die wir nach rechts auf jetzt wieder ansteigender Strecke weiterlaufen. Nach 100 m erreichen wir den Ortsrand von Pursruck. Bei km 3,4 verlassen wir die AS 18 und laufen nach links in die Schwander Straße. Ab hier verläuft die Strecke wieder eben. Auf dieser Straße erreichen wir nach 3,8 km die Wechselstation am Feuerwehrgerätehaus von Pursruck.

2. Streckenabschnitt: Pursruck – Weiher 3,6 km

Verantwortlich: SG D Fensterbachtaler Pursruck – FF Pursruck

Wechsel: Beim Gerätehaus der FF Pursruck

100 m nach dem Wechsel kommen wir an eine Wegekreuzung, wir laufen rechts in einen ansteigenden Schotterweg. Bei km 0,3 zweigt nach links ein Waldweg ab, wir bleiben auf dem weiterhin ansteigenden Schotterweg. Bei km 0,5, hier endet der Anstieg, stoßen wir auf einen Schotterweg in den wir geradeaus einlaufen. Ab hier ebener bis leicht abfallender Streckenverlauf. Bei km 0,8 kommen wir an die Kreisstraße AS 18 die wir gerade überqueren und folgen dem Schotterweg der in Richtung einer Scheune führt. Bei km 1,2 kommt von links ein Feldweg, wir laufen auf dem breiteren geschotterten Weg weiter. 20 m weiter kommen wir erneut an einen breiten Schotterweg, hier laufen wir nach links weiter. Bei km 1,9 kommen wir an einen Weiher und nach 50 m stoßen wir auf eine Wegegabelung wir laufen gerade, auf nun wieder ansteigender Strecke, weiter, Bei km 3,0, am Ende des Anstieges, kommen wir an eine Wegegabelung, wir laufen gerade, auf nun wieder abfallender Strecke, weiter. Bei km 3,5 erreichen wir den Fußballplatz am Rand der Ortschaft Weiher, wo wir nach weiteren 100 m die Wechselstation in Weiher nach 3,6 km erreicht haben.

3. Streckenabschnitt: Weiher – Hirschau 4,4 km

Verantwortlich: FF Weiher

Wechsel: Auf dem Fußballplatz von Weiher

Nach dem Wechsel laufen wir über eine Böschung und biegen nach links in den Schotterweg in Richtung Weiher ab. Nach 300 m, wir haben die Ortschaft Weiher erreicht, zweigt nach links ein Schotterweg ab, wir laufen geradeaus weiter. Nach 50 m kommen wir an eine Straße hier laufen wir nach links in die Ortschaft hinein. Nach weiteren 100 m zweigt nach rechts eine Straße ab in die wir einlaufen. Bei km 0,6 zweigt nach rechts ein Weg ab, wir laufen geradeaus weiter. Hier geht der Teerweg in einen Schotterweg über. Nach 100 m laufen wir nach links in einen Feldweg. Dieser Weg führt um einen Weiher herum. Bei km 0,9 kommen wir an eine Teerstraße in der wir nach rechts, auf ansteigender Strecke, weiterlaufen. Nach 100 m, bei einer Scheune, endet der Anstieg. Nach weiteren 100 m kommen wir an eine Straßengabelung, hier laufen wir, auf abfallender Strecke, nach links. Bei km 1,8, an einem kleinen Weiher, zweigt nach links ein Feldweg ab in der wir einlaufen. Ab hier ebener und abfallender Streckenverlauf. Bei km 2,2 stoßen wir auf einen Radweg der parallel zur Kreisstraße AS 18 verläuft. Diesem Radweg, der wellig verläuft, folgen wir auf einer Länge von 1,3 km. Bei km 3,5 zweigt nach rechts die Straße zum Freizeitpark Monte Kaolino ab. Wir laufen geradeaus weiter über die Straße, kommen danach an eine Wegegabelung und laufen hier nach rechts in die Skater- und Skirollerstrecke ein. Nach 150 m kommen wir an eine Wegegabelung, hier laufen wir nach links und folgen weiter der Skater- und Skirollerstrecke. Bei km 4,3 zweigt nach rechts ein Schotterweg ab, wir bleiben auf der geteerten Skater- und Skirollerstrecke die hier eine Linkskurve macht. Nach 100 m folgen wir der Skater- und Skirollerstrecke nach links und erreichen nach 4,4 km die Wechselstation am Sportpark Hirschau.

4. Streckenabschnitt: Hirschau - Gebenbach 7,1 km

Verantwortlich: TuS WE Hirschau – FF Hirschau

Wechsel: Beim Sportpark Hirschau

Nach dem Wechsel laufen wir auf der Skaterstrecke nach rechts weiter. Nach 100 m folgen wir der Skaterstrecke nach rechts und nach weiteren 150 m stoßen wir auf einen Schotterweg in den wir nach links laufen. Bei km 0,5 stoßen wir auf die Kreisstraße AS 18, hier laufen wir nach rechts in den Radweg der parallel zur Kreisstraße AS 18 verläuft. Auf diesem Radweg, der leicht abfällt, laufen wir bis Hirschau. Bei km 0,8 erreichen wir die Stadt Hirschau und laufen auf dem Radweg immer geradeaus weiter, am Wertstoffhof vorbei und bei km 1,3 verlassen wir den Radweg und laufen nach links über die Kreisstraße AS 18 in den Lindenweg. Auf dem Lindenweg laufen wir am BayWa Lagerhaus vorbei. Nach 200 m zweigt nach links die Sackstraße Birkenweg ab, wir laufen geradeaus weiter. Bei km 1,7 kommen wir an einem Bahnübergang, hier laufen wir nach links in einen kurzen, geschotterten Fußweg. Nach 100 m zweigt nach rechts die Straße Am Mühlweiher ab, wir laufen geradeaus weiter. Nach 50 m zweigt nach rechts erneut die Straße Am Mühlweiher ab, auch hier laufen wir gerade weiter. Nach weiteren 50 m laufen wir nach rechts in die Mühlweiherstraße. Nach 200 m kommen wir an eine Wegegabelung, wir laufen nach links in den Radweg der am Mühlweiher entlang führt. Bei km 2,4, am Norma-Parkplatz überqueren wir mittels der Kreuzungshilfe für Fußgänger die St 2238 in Richtung Bushaltstelle, laufen dann nach rechts und folgen dem Fußgängerweg entlang der Nürnberger Straße. Bei km 2,8 zweigt nach links die Schlesierstraße ab, wir laufen gerade weiter. Bei km 3,2 erreichen wir das Stadtende von Hirschau, wir bleiben auf dem parallel zur B 14 verlaufenden Radweg. Bei km 3,7 zweigt nach links ein Schotterweg ab, wir bleiben auf dem geteerten Radweg. Nach 300 m zweigt nach links ein Teerweg ab, wir laufen gerade auf dem Radweg weiter. Bei km 4,4 zweigt nach links ein Waldweg, auch hier laufen wir auf dem Radweg weiter. Ab km 4,7 beginnt die Laufstrecke anzusteigen. Bei km 5,0 überqueren wir die Straße nach Krondorf, hier stoßen wir auf eine Wegegabelung und laufen nach rechts und folgen weiter dem Radweg. Nach 200 m führt der Radweg über eine Eisenbahnbrücke. Bei km 5,6 stoßen wir auf einen Rastplatz, an dem wir linkerhand vorbeilaufen. Bei km 5,8 zweigt nach links ein Schotterweg ab, wir laufen gerade auf dem nun abfallenden Radweg weiter. Bei km 6,0 zweigt nach links die Straße nach Burgstall ab, wir laufen auf dem Radweg weiter. Gebenbach ist bereits in Sicht. Bei km 6,4 zweigt nach links ein Schotterweg in Richtung Bahngleis ab, wir bleiben auf dem Radweg. Bei km 6,7 haben wir Gebenbach erreicht. Hier zweigt nach rechts eine Teerstraße, die durch eine Unterführung der B 14 führt, ab. Wir laufen geradeaus auf ansteigender Strecke weiter. Nach 100 m laufen wir, auf nun wieder kurz abfallender Strecke, nach links in Richtung Sportplatz. 50 m weiter laufen wir über das Bahngleis (ACHTUNG) und nach weiteren 20 m laufen wir nach rechts in Richtung Sportheim, wo wir nach 7,1 km die Wechselstation am Sportheim der DJK Gebenbach erreichen.

5. Streckenabschnitt: Gebenbach – Süß 9,3 km

Verantwortlich: DJK Gebenbach – FF Gebenbach

Wechsel: Vor dem Sportheim der DJK Gebenbach

Nach dem Wechsel laufen wir gerade auf der Teerstraße die parallel zum Bahngleis verläuft. Nach 200 m, beim alten Bahnhof von Gebenbach, verlassen wir Gebenbach und laufen in Richtung Mausberg auf der Teerstraße weiter. Bei km 0,5, an einer Wegekreuzung, verlassen wir die Teerstraße und biegen nach rechts in einen Schotterweg ab. Bei km 0,9 kommen wir an eine Wegegabelung, wir laufen nach rechts auf ansteigendem Weg wieder in Richtung Gebenbach. Bei km 1,1 überqueren wir das Bahngleis (ACHTUNG) und laufen geradeaus weiter. Nach 100 m zweigt ein Schotterweg nach rechts ab, wir bleiben auf dem geteerten Weg. Nach weiteren 100 m stoßen wir auf die B14 die wir geradeaus in ein Wohngebiet überqueren. Nach 50 m endet der Anstieg und wir folgen der Teerstraße weiter. Bei km 1,6 stoßen wir auf eine Querstraße, wir laufen nach links. Nach 150 m zweigt nach links ein Schotterweg ab, wir laufen auf dem geteerten Weg gerade weiter. 50 m weiter beginnt die Laufstrecke abzufallen. Bei km 2,1 kommen wir an eine Wegegabelung, wir laufen auf dem geschotterten, bergab führenden, Weg weiter. Nach 150 m laufen wir durch die Straßenunterführung und kommen bei km 2,4, nach einem kurzen Anstieg, an die Straße nach Kainsricht in die wir nach rechts weiterlaufen. Nach 50 m laufen wir nach links in einen Feldweg. Bei km 2,9 kommen wir an einen Graben, hier laufen wir nach rechts in einen Wiesenweg der parallel zum Graben verläuft. Nach 200 m stoßen wir auf einen Teerweg den wir geradeaus überqueren. Bei km 3,4 kommen wir an die Verbindungsstraße Kainsricht – Schalkenthan, hier laufen wir nach links.

Auf dieser Straße laufen wir, auf immer wieder ansteigender und abfallender Strecke, bis Schalkenthan. Bei km 4,5 erreichen wir Schalkenthan, dass wir nach 400 m wieder in Richtung Hahnbach verlassen. Bei km 5,4, nach einem Vorfahrtschild, zweigt nach rechts eine Flurbereinigungsstraße ab, wir laufen geradeaus weiter und kommen an einigen Weihern vorbei. Nach 500 m kommen wir an die B 14, hier laufen wir nach rechts in die Gebenbacher Straße die leicht ansteigt. Nach weiteren 500 m, hier endet der Anstieg, laufen wir nach links über eine Brücke und erreichen das Ortsschild von Hahnbach. Nach der Brücke zweigt nach rechts die Straße Am Gaisbühl ab, wir laufen gerade weiter. Nach 20 m kommen wir an eine Straßenkreuzung, hier laufen wir, auf abfallender Strecke, in den Kellerweg ein und folgen diesen. Bei km 7,0 kommen wir erneut an eine Straßenkreuzung, hier laufen wir geradeaus drüber in die Mühlestraße und biegen unmittelbar danach rechts in den Naturerlebnisweg ein. Ab hier wieder ebener Streckenverlauf. Diesem Naturerlebnisweg folgen wir bis zur Ortschaft Süß. Bei km 8,6 erreichen wir das Ortsschild von Süß und folgen dem geschotterten Wanderweg, der parallel zur Kreisstraße AS 5 verläuft. Nach 300 m kommen wir an einem Spielplatz vorbei, wir laufen geradeaus an der Vils entlang weiter. Bei km 9,2 endet der Wanderweg und wir stoßen auf den Wüstenauer Weg. Hier laufen wir nach links über die Vilsbrücke. Nach 100 m laufen wir nach rechts wo wir beim Kindergarten nach 9,3 km die Wechselstation in Süß erreichen.

6. Streckenabschnitt: Süß – Schönlind 6,3 km

Verantwortlich: Landjugend Süß – FF Süß

Wechsel: Beim Kindergarten in Süß

50 m nach dem Wechsel laufen wir nach rechts in die Straße Mühlacker. Nach 100 m, am Ortsrand von Süß, geht die Straße in einen Schotterweg über. Wir folgen der Markierung blaues Andreaskreuz auf weißem Grund. Bei km 0,9 stoßen wir auf einen Teerweg, hier laufen wir nach rechts weiter. Bei km 1,2 verlassen wir den Teerweg und laufen nach links in einen Schotterweg. Bei km 1,7 kommen wir an einen Teerweg den wir geradeaus überqueren und laufen auf einem Feldweg in Richtung Waldrand weiter. Nach 300 m erreichen wir den Waldrand und laufen in den Wald hinein. Bei km 2,1 kommen wir an eine Wegekreuzung, wir laufen geradeaus auf weiterhin ebener Strecke weiter. Bei km 2,3 kommen wir an eine Wegegabelung, hier laufen wir auf dem Schotterweg nach rechts weiter. Ab km 2,5 beginnt die Strecke leicht abzufallen. Bei km 2,8 zweigt nach rechts ein Weg ab, wir laufen gerade auf dem Weg, der nun eine Linkskurve macht weiter. Ab hier verläuft die Strecke wieder eben. Bei km 3,0 zweigt nach links ein Weg ab, wir bleiben auf dem geteerten Weg. Bei km 3,4 kommen wir an eine Straße, hier laufen wir nach links und nach 50 m laufen wir nach rechts durch eine Eisenbahnunterführung in die Ortschaft Eberhardsbühl ein. Bei km 3,8 verlassen wir die Ortschaft Eberhardsbühl wieder und biegen nach 100 m rechts ab. Hier beginnt der Oberpfälzer Bienenlehrpfad. Nach 50 m kommen wir an eine Wegegabelung hier laufen wir nach rechts und folgen dem Bienenlehrpfad. Bei km 4,3, nach einem kurzen Anstieg, laufen wir nach rechts und folgen weiter dem Bienenlehrpfad. Bei km 4,8 zweigt nach links ein Weg ab, wir laufen geradeaus an einem Hochsitz vorbei. Bei km 5,0 steigt der Laufweg auf eine Länge von 200 m wieder leicht an und geht danach in abfallende Strecke über. Bei km 5,4 geht die Laufstrecke wieder in ebenen Verlauf über. Nach 200 m geht der Schotterweg in einen geteerten Weg über. 50 m weiter zweigt nach links ein geteertes Weg ab, wir laufen gerade auf ebener Strecke weiter. Bei km 5,9 erreichen wir die Ortschaft Schönlind und verlassen den Bienenlehrpfad, biegen nach rechts ab und durchlaufen die Eisenbahnunterführung und folgen der Hauptstraße die zunächst leicht abfällt und dann wieder eben verläuft. Bei km 6,0 stoßen wir auf die Kreisstraße AS 5, hier laufen wir nach links. Nach 300 m erreichen wir nach 6,3 km die Wechselstation am Feuerwehrgerätehaus von Schönlind.

7. Streckenabschnitt: Schönling – Schlicht 6,3 km

Verantwortlich: Gide Kickers Schönling – FF Schönling

Wechsel: Am Feuerwehrgerätehaus Schönling

Nach dem Wechsel laufen wir gerade auf der Seestraße in Richtung Heroldsmühle. Nach 500 m erreichen wir Heroldsmühle, laufen über die Vilsbrücke und biegen unmittelbar nach der Brücke nach links in eine Teerstraße ein. Ab hier folgen wir bis Schlicht dem Vilstalwanderweg (blaues Andreaskreuz auf weißem Grund). Nach 50 m zweigt nach rechts ein ansteigender Teerweg ab, wir laufen gerade in Richtung Ortsende weiter. Bei km 0,9 zweigt erneut ein Teerweg nach rechts ab, wir laufen geradeaus weiter. Nach 200 m zweigt wieder ein Schotterweg nach rechts ab, auch hier laufen wir gerade weiter. Bei km 1,4 zweigt ein Schotterweg nach rechts ab, wir bleiben auf dem geteerten Weg. Bei km 1,8 erreichen wir den Ort Gumpenhof in den wir geradeaus hineinlaufen. Nach 200 m stoßen wir auf eine Teerstraße, hier laufen wir nach rechts. Nach 400 m geht die Teerstraße in einen Schotterweg über. Diesem Weg folgen wir auf einer Länge von 600 m. Bei km 3,0 kommen wir an eine Wegegabelung, hier laufen wir nach links. Nach 10 m, bei einer Bank, zweigt nach rechts ein Schotterweg ab, wir laufen nach links auf leicht abfallender Strecke weiter. Bei km 3,8 endet der Schotterweg und wir kommen an einen Radweg. Hier laufen wir auf, für 100 m, ansteigender Strecke nach rechts. Diesem Radweg folgen wir bis zur Ortschaft Schlicht. Bei km 5,1 erreichen wir das Ortsschild von Schlicht. Wir laufen auf dem Radweg weiter. Bei km 5,5 endet der Radweg und geht in einen Fußgängerweg über. Nach 100 m laufen wir nach links, überqueren wir die Straße und laufen über die Vilsbrücke in Richtung Reisach. Unmittelbar nach der Brücke zweigt nach rechts eine Straße ab, wir laufen geradeaus weiter und kommen nach 20 m an eine Straßengabelung. Hier laufen wir nach rechts in Richtung Bahnunterführung. Bei km 5,8, unmittelbar nach der Bahnunterführung, laufen wir nach rechts in einen ansteigenden Teerweg. Nach 300 m endet der Anstieg und wir kommen an eine Wegegabelung, wir laufen nach rechts den geteerten Weg weiter. Der Sportplatz des FC Schlicht ist bereits in Sicht. Nach 6,3 km erreichen wir, auf der Straße vor dem Sportheim des FC Schlicht, die Wechselstation in Schlicht.

8. Streckenabschnitt: Schlicht – Seugast 8,8 km

Verantwortlich: FC Schlicht - FF Schlicht

Wechsel: Auf der Straße vor dem Sportheim des FC Schlicht

Nach dem Wechsel stoßen wir auf die St 2120 hier laufen wir auf dem Gehweg nach rechts. Nach 200 m, vor der Vilsbrücke überqueren wir die St 2120 und laufen über die Vilsbrücke. Nach 50 m, bei einem grünen Haus, laufen wir nach links in den Radweg der parallel zur Vils verläuft. Bei km 0,8 zweigt nach rechts ein Teerweg ab, wir laufen geradeaus weiter. Bei km 1,0 kommen wir beim Festplatz Ziegelanger an eine Wegegabelung, hier laufen wir auf dem breiten Teerweg in Richtung Feuerwehrgerätehaus. Nach 250 m, am Ende des Festplatzes, laufen wir nach links über einen Holzsteg der über die Vils führt. Wir laufen weiterhin parallel zur Vils am Feuerwehrgerätehaus vorbei. Nach 100 m laufen wir nach links in einen geschotterten Fußweg durch eine Unterführung (*ACHTUNG Höhe der Unterführung 1,80 m*). Bei km 1,7 kommen wir an eine Wegegabelung, wir laufen nach links, weiter an der Vils entlang. Nach 200 m, an einer Holzskulptur, kommen wir an eine Wegegabelung, hier laufen wir nach rechts in Richtung Burg Dagestein. Bei km 2,0 erreichen wir die Burg Dagestein, laufen über einen Holzsteg und biegen nach links in den geteerten Weg ab. Nach 150 m zweigt nach links ein Schotterweg ab, wir laufen gerade auf dem Teerweg weiter. Nach 50 m stoßen wir auf die Kreisstraße AS 5 die wir geradeaus überqueren und laufen am Schlößl vorbei. Bei km 2,3 zweigt nach rechts die Grabenstraße ab, wir laufen geradeaus weiter und biegen nach 20 m nach links in die Pfarrer Seiler Straße ab. Bei km 2,6 stoßen wir auf die Axtheidstraße die wir geradeaus in Richtung Marterl überqueren und laufen auf dem Fußgängerweg, der parallel zur St 2123 verläuft. Nach 100 m, kurz vor dem Ortsendeschild von Vilseck, laufen wir nach links in den Wallenstein-Tilly-Wanderweg. Nach weiteren 50 m geht der Teerweg in einen leicht ansteigenden Schotterweg über. Bei km 3,1 zweigt nach rechts ein Feldweg ab, wir bleiben auf dem ansteigenden Schotterweg. Bei km 3,5 zweigt nach links ein Feldweg ab, wir bleiben gerade auf dem Schotterweg. Bei km 3,8 zweigt nach rechts ein Wiesenweg ab wir bleiben auf dem Vilsecker Muldenweg (blaues Andreaskreuz auf weißem Grund). Bei km 4,0 kommen wir an eine Wegekreuzung, wir laufen geradeaus auf weiterhin ansteigender Strecke. Nach 150 m endet der Anstieg und die Strecke verläuft eben. Bei km 4,2 kommen wir an eine Kreuzung, wir laufen gerade in den Wald hinein. 50 m weiter zweigt nach links ein Waldweg ab, wir bleiben gerade auf dem Vilsecker Muldenweg, der auf einer Länge von 150 m wieder leicht ansteigt. Bei km 4,6 kommen wir an eine Wegegabelung, wir laufen geradeaus in den kurz wieder ansteigenden Vilsecker Muldenweg. Bei km 4,9 zweigt nach rechts ein Waldweg ab, wir laufen geradeaus weiter und bleiben auf dem Vilsecker Muldenweg. Bei km 5,2 kommen wir an eine Wegekreuzung, wir laufen gerade auf nun wieder ansteigendem Weg, weiter. Bei km 5,9 kommen wir an eine Wegekreuzung, wir laufen geradeaus auf dem Vilsecker Muldenweg weiter. Bei km 6,2 zweigt nach links ein Wiesenweg ab, wir laufen geradeaus weiter. Bei km 6,4 kommen wir an eine Kreuzung, wir laufen geradeaus und erreichen den höchsten Punkt der Laufstrecke. Nach 400 m beginnt die Strecke leicht abzufallen. Bei km 7,1 kommen wir an eine Wegekreuzung, wir laufen geradeaus auf dem Wallenstein-Tilly-Wanderweg (rotes Andreaskreuz auf weißen Grund). Bei km 7,6 zweigt nach rechts ein Waldweg ab, wir laufen geradeaus auf dem Wallenstein-Tilly-Wanderweg weiter. Bei km 7,8 zweigt nach links ein Waldweg ab, wir bleiben gerade auf dem geschotterten Wallenstein-Tilly-Wanderweg. 50 m weiter beginnt die Laufstrecke abzufallen. Bei km 8,0 zweigt nach links ein Waldweg ab, wir laufen geradeaus weiter. Nach 150 m verlassen wir den Wald, der Ort Seugast ist bereits in Sicht. Bei km 8,3 laufen wir an einem Marterl vorbei und 50 m weiter verlassen wir den Wallenstein-Tilly-Wanderweg und laufen nach rechts, auf ebener und dann ansteigender Strecke in Richtung eines einzeln stehenden Baum. Bei km 8,5 zweigt nach rechts ein Schotterweg ab, wir laufen geradeaus weiter. Nach 100 m geht der Anstieg in abfallende Strecke über. Bei km 8,7 stoßen wir auf einen Teerweg, hier laufen wir nach links und 100 m weiter laufen wir nach rechts durch einen Zaundurchlass. Hier erreichen wir nach 8,8 km die Wechselstation auf dem Sportgelände der DJK Seugast.

9. Streckenabschnitt: Seugast – Ehenfeld 6,1 km

Verantwortlich: DJK Seugast und FF Seugast

Wechsel: Auf dem Sportgelände der DJK Seugast

Nach dem Wechsel laufen wir auf abfallender Strecke am Sportheim vorbei in Richtung B 299, die wir nach 250 m erreichen. Wir überqueren die B 299 geradeaus und laufen nach rechts auf dem Radweg in Richtung Ortsende von Seugast. 50 m weiter zweigt nach links ein Schotterweg ab, wir laufen geradeaus weiter. Nach weiteren 50 m, bei einem Wildgehege, verlassen wir den Radweg und laufen nach links. Bei km 0,7 führt uns der Laufweg in den Wald. 50 m weiter zweigt nach links ein Waldweg ab, wir laufen auf nun ansteigendem Weg geradeaus weiter. Bei km 0,9 zweigt nach links ein Schotterweg ab, in den wir weiterlaufen. Hier verläuft die Strecke wieder eben. Nach 100 m kommen wir an eine Wegegabelung, wir laufen nach links. Nach weiteren 100 m beginnt die Strecke wieder anzusteigen. Bei km 1,5 zweigt nach links ein Weg ab, wir bleiben auf dem breiteren Schotterweg. Nach 200 m, hier endet der Anstieg, stoßen wir auf einen Schotterweg, wir laufen nach links. Bei km 2,1 stoßen wir an eine Teerstraße, hier laufen wir nach rechts weiter. Nach 50 m zweigt nach links ein Schotterweg ab, wir bleiben auf der geteerten Straße und erreichen Weickenricht. Bei km 2,4 zweigt nach rechts ein Schotterweg ab in den wir einlaufen. Nach 100 m stoßen wir auf eine Teerstraße, wir laufen nach rechts. Nach 50 m kommen wir an eine Straßengabelung, wir laufen nach rechts. Ab hier steigt die Laufstrecke wieder an. Nach weiteren 50 m kommen wir wieder an eine Straßengabelung, wir laufen nach rechts. Bei km 2,8 geht der geteerte Weg in einen Schotterweg über. Bei km 3,9 zweigt nach links ein Waldweg ab, wir bleiben weiter auf dem breiten Schotterweg. 50 m weiter zweigt nach rechts ein Waldweg ab, wir bleiben auf dem immer noch ansteigenden Schotterweg. Bei km 4,6 zweigt nach rechts ein Waldweg ab, wir laufen auf dem Schotterweg weiter. Nach 50 m zweigt nach links ein Schotterweg ab, wir laufen geradeaus weiter. Bei km 5,1, hier endet der Anstieg, kommen wir an eine Kreuzung, wir laufen geradeaus weiter. Nach 200 m beginnt die Strecke abzufallen. 150 m weiter zweigt nach rechts ein Waldweg ab, wir laufen gerade weiter. Bei km 5,9, bei dem Holzschild „Buchweg 1980“ laufen wir nach links auf ansteigender Strecke am Waldrand entlang. Der Sportplatz von Ehenfeld ist bereits in Sicht. Nach 150 m haben wir das Sportgelände der DJK Ehenfeld erreicht. Hier endet der Anstieg und wir laufen nach rechts an 10 Treppen vorbei über eine Böschung auf den Fußballplatz. Hier laufen wir an der rechten Werbebande entlang in Richtung Sportheim, wo wir nach 6,1 km die Wechselstation auf dem Sportgelände der DJK Ehenfeld erreichen.

10. Streckenabschnitt: Ehenfeld – Massenricht 5,9 km

Verantwortlich: DJK Ehenfeld - FF Ehenfeld

Wechsel: Beim Sportheim der DJK Ehenfeld

Nach dem Wechsel laufen wir am Sportheim vorbei auf einem Schotterweg in Richtung Kreisstraße AS 18 die wir nach 100 m erreichen. Hier laufen wir nach rechts in einen abfallenden Radweg der parallel zur Kreisstraße AS 18 verläuft. Nach 150 m endet der Radweg. Hier laufen wir links über die Kreisstraße AS 18, auf ansteigender Teerstraße, Richtung Hummelmühle. Bei km 1,1 zweigt nach links ein Weg ab, wir bleiben bei nun abfallendem Streckenverlauf auf der Straße. Bei km 1,6 zweigt ein Schotterweg nach links ab, wir bleiben auf der nun eben verlaufenden, geteerten Straße. Bei km 2,3 kommen wir an eine Kreuzung, wir laufen nach links auf abfallender Strecke in Richtung Hummelmühle. Bei km 2,9 erreichen wir Hummelmühle und biegen beim Wohnhaus nach links in einen ansteigenden Schotterweg ab. Nach 100 m macht der Schotterweg eine Linkskurve, wir laufen gerade, auf einem Wiesenweg, am Waldrand entlang auf einen Hochsitz zu (ansteigende Strecke). Bei km 3,3 stoßen wir auf einen Schotterweg, wir laufen nach rechts weiter. Hier endet der Anstieg. Bei km 3,5 macht der Schotterweg eine Rechtskurve und beginnt leicht abzufallen. Bei km 3,9 stoßen wir auf eine Teerstraße, wir laufen nach links in Richtung Obersteinbach. Nach 50 m, Obersteinbach ist bereits in Sicht, fällt die Straße wieder ab. Bei km 4,2 erreichen wir Obersteinbach und laufen gerade, an einem Weiher vorbei, hindurch. Nach 150 m kommen wir an eine Kreuzung und laufen nach links weiter. Nach 50 m zweigt nach rechts eine Straße ab, wir laufen geradeaus weiter. Nach weiteren 50 m kommen wir an eine Wegegabelung, wir laufen auf ansteigender Teerstraße nach links. Nach 200 m, am Ortsende von Steinbach, geht die Teerstraße in einen Schotterweg über. Bei km 5,3, links ist eine Bank, zweigt nach links ein steil abfallender Weg ab, wir laufen gerade weiter. Die Rödlaser Hütte ist bereits in Sicht. Nach 400 m erreichen wir die Rödlaser Hütte, wir laufen nach rechts und erreichen nach 5,9 km, auf dem Parkplatz der Rödlaser Hütte, die Wechselstation von Massenricht.

11. Streckenabschnitt: Massenricht - Freihung 5,8 km

Verantwortlich: Hüttenschützen Massenricht - FF Massenricht

Wechsel: Auf dem Parkplatz der Rödlaser Hütte

Nach dem Wechsel laufen wir auf abfallender Strecke in Richtung Rödler und biegen am Ortsanfang nach links ab (Wegweiser Richtung Hirschau). Bei km 0,6 zweigt nach links ein Schotterweg ab, wir bleiben auf der Teerstraße. 400 m weiter zweigt erneut ein Schotterweg nach links ab, wir bleiben weiterhin auf der Teerstraße. Bei km 0,9 überqueren wir die Kreisstraße AS 18 und laufen auf einem Schotterweg weiter. Bei km 1,0 zweigt nach rechts ein Schotterweg ab, wir laufen geradeaus weiter und kommen nach 100 m an einem Marterl vorbei. Bei km 1,3 erreichen wir eine Wegegabelung, wir laufen in den rechten Weg ein, der, zunächst leicht ansteigend, in den Wald führt. Bei km 1,7 verlassen wir den Wald und laufen auf nun abfallender Strecke am Waldrand entlang. Bei km 1,9 kommen wir an eine Wegegabelung, wir laufen nach rechts auf weiterhin abfallender Strecke in Richtung Kreisstraße AS 18. Bei km 2,2 endet der abfallende Streckenverlauf und wir erreichen die Kreisstraße AS 18. Hier laufen wir nach links und folgen der Kreisstraße AS 18 auf der rechten Straßenseite. Nach 200 m biegen wir, nach einem roten Pfahl, nach rechts in einen Schotterweg ein und laufen in Richtung Waldrand. Bei km 2,8 führt die Strecke, bei nunmehr abfallendem Verlauf in den Wald. Nach 100 m zweigt nach links ein Waldweg ab, wir laufen gerade auf dem Schotterweg weiter. Nach weiteren 100 m verlassen wir den Wald wieder und laufen auf nun ebener Strecke an einer Tagebaugrube vorbei. Bei km 3,2, unmittelbar nach der Tagebaugrube, zweigt nach rechts ein Schotterweg ab, wir laufen geradeaus weiter. Bei km 4,0 zweigt nach links ein Feldweg ab, wir bleiben geradeaus auf dem breiten Schotterweg. Bei km 4,4, der Markt Freihung ist bereits in Sicht, führt ein Weg nach links, wir laufen geradeaus weiter. Bei km 4,7 zweigt nach rechts ein Waldweg ab, wir laufen gerade auf dem Betonplattenweg weiter. Bei km 5,1 erreichen wir den Ortsrand von Freihung. Hier zweigt, bei einem Güllebecken, nach links ein Schotterweg ab, wir laufen gerade weiter. Nach 100 m stoßen wir auf die St 2166 die wir überqueren und laufen dann in den geschotterten Fußgängerweg, der parallel zum Bahngleis verläuft. Nach 200 m geht der Schotterweg in eine Teerweg über. Nach 50 m stoßen wir, bei einem Bahnübergang auf die Straße Unterer Rofachweg. Hier laufen wir nach links. Nach weiteren 50 m biegen wir nach rechts in den Oberen Rofachweg ab. Nach 200 m erreichen wir die Dr.-Hans-Raß-Straße, hier laufen wir nach links. Auf dieser Straße erreichen wir, nach 5,8 km das Ziel in Freihung.