

1. Streckenabschnitt: Neukirchen – Kauerhof 7,2 km

Verantwortlich: FC Neukirchen – FF Neukirchen

Start: Sportheim FC Neukirchen

Nach dem Start laufen wir bis zur „Grasberger Straße“ die wir geradeaus in die Raiffeisenstraße überqueren. Nach 100 m biegen wir nach links ab, kommen zu einem Marterl und biegen hier nach rechts ab. Bei km 0,3 biegen wir nach links ab in die Straße „Hartenfelsblick“ und laufen bis zum Friedhofsplatz. Hier biegen wir nach links ab in einen Fußweg, der ein kurzes Stück über die Wiese nach rechts hinunter führt und nach ca. 100 m biegen wir scharf rechts in einen Feldweg ein, der wieder zur Ortschaft Neukirchen zurück führt. Bei km 1,0 stoßen wir senkrecht auf eine Teerstraße (AS 39), in die wir nach links einbiegen. 50 m weiter biegen wir nach rechts ab in einen Fußgängerweg und nach weiteren 50 m folgen wir der Straße nach rechts „Am Bräukeller“. Bei km 1,3 führt uns dieser Weg zur „Schönlinder Straße“, in die wir nach links einbiegen. Bei km 1,6 verlassen wir diese Teerstraße und biegen nach rechts ab in den Wanderweg nach Truisdorf (ansteigend). Bei km 1,9 führt uns dieser Weg unter dem Bahngleis hindurch. Nach der Bahnunterführung zweigt nach rechts ein Weg ab, wir jedoch laufen geradeaus weiter auf dem Wanderweg Nr. 7. Bei km 2,1 zweigt nach rechts ein Weg ab, wir laufen aber weiterhin geradeaus und bleiben auf dem Wanderweg Nr. 7. Bei km 2,5 kommen wir an eine Wegegabelung, hier nehmen wir die linke Abzweigung, die uns an einem Hochsitz vorbeiführt, Bei km 2,8 (Ende des Anstieges) zweigt nach rechts ein Weg ab, wir laufen wieder geradeaus weiter und bleiben auf dem Weg der anschließend ein kurzes Stück am Waldrand entlang verläuft. Ab hier zunächst ebener, danach abfallender Streckenverlauf. Bei km 3,1 erreichen wir die Ortschaft Schön lind. Bei km 3,2 stoßen wir senkrecht auf einen geteerten Weg in den wir nach rechts einbiegen. 100 m weiter kommen wir an eine Wegegabelung, hier nehmen wir die linke Abzweigung und gleich anschließend kommen wir wieder an eine Wegegabelung, hier nehmen wir wieder die linke Abzweigung. Bei km 3,5 verlassen wir die Ortschaft Schön lind in Richtung Trondorf und bei km 3,7 stoßen wir auf die Schön linder Straße, in die wir nach rechts einbiegen und auf der linken Straßenseite weiterlaufen. 100 m weiter zweigt nach rechts eine Straße ab, wir bleiben aber weiter auf der Straße, die identisch ist mit dem „Fünf Flüsse Radweg“. Bei km 4,1 biegen wir nach links ab in Richtung Obermainshof. Auf dieser Straße laufen wir bis Kauerhof und dabei ist die Strecke immer identisch mit dem „Fünf Flüsse Radweg“. Bei km 6,8 biegen wir, vor dem Sportgelände des SV Kauerhof, nach rechts in einen Waldweg ab und 200 m weiter biegen wir nach links in einen Waldweg ein und laufen auf diesem bis zum Nebenplatz des SV Kauerhof. Hier laufen wir auf den Nebenplatz und erreichen nach 7,2 km die Wechselstation.

2. Streckenabschnitt: Kauerhof – Großalbershof 6,0 km

Verantwortlich: SV Kauerhof – FF Sulzbach-Rosenberg

Wechsel: Sportgelände SV Kauerhof (Nebenplatz)

100 m nach dem Wechsel stoßen wir auf die Straße nach Kauerhof in die wir nach rechts einbiegen und auf der linken Straßenseite weiterlaufen. Nach weiteren 100 m biegen wir links ab in einen Feldweg mit der Markierung Wanderweg Nr.: 4. Bei km 0,7 endet der abfallende Streckenverlauf und wir stoßen auf eine Schotterstraße in die wir nach links einbiegen. Hier verlassen wir den Wanderweg Nr.: 4. Bei km 1,2 kommen wir an einen Schotterweg in den wir nach rechts einbiegen. Ab hier steigt die Laufstrecke leicht an. Nach 200 m laufen wir unter einer Bahnunterführung durch, wir bleiben bei weiterhin ansteigender Strecke, auf dem geschotterten Weg. Bei km 1,4 zweigt nach links ein Waldweg ab, wir bleiben auf dem nach rechts verlaufenden Schotterweg. Bei km 1,6 endet der Anstieg und wir laufen weiterhin auf dem Schotterweg weiter. Bei km 1,9 stoßen wir auf eine Wegekreuzung, wir verlassen den geschotterten Weg und laufen gerade in einen Waldweg mit der Markierung „gelber Punkt“. Bei km 2,0 verlassen wir den Wald, nach rechts zweigt ein Waldweg ab, wir laufen jedoch weiter gerade am Waldrand entlang. Die Ortschaft Kummertal ist in Sichtweite. Abfallender Streckenverlauf. Bei km 2,5 erreichen wir die Ortschaft Kummertal, ab hier wieder ebener Streckenverlauf. Bei km 2,6, nach einem kurzen Anstieg, stoßen wir auf eine Teerstraße in die wir nach rechts einlaufen. Nach 300 m, kurz vor dem Ortsendeschild von Kummertal biegen wir nach links in einen Teerweg ein der uns 200 m weiter an die Staatsstraße 2164 führt. Wir überqueren die Staatsstraße geradeaus in einen Land- und Forstwirtschaftsweg, der ab hier ansteigt. Bei km 3,6 endet der Anstieg und wir stoßen auf die B 85 in die wir nach links einbiegen. Nach 50 m überqueren wir die Bundesstraße in Richtung Kleinfalz. Nach weiteren 50 m erreichen wir das Ortsschild von Kleinfalz und nach weiteren 50 m abfallendem Streckenverlauf biegen wir vor dem ersten Haus von Kleinfalz, nach links ein (Markierung „blauer Strich“). Bei km 4,4 steigt der Weg wieder an, wir kommen an eine Wegegabelung, nehmen die rechte Abzweigung und verlassen die Markierung „blauer Strich“. Nach Ende des Anstieges geht der geteerte Weg in einen Schotterweg über und führt uns in den Wald. Bei km 5,0 kommen wir an eine Wegespinne, wir bleiben auf dem geschotterten Weg und folgen dem Weg nach links unter der Bahnunterführung hindurch. (Markierung Wanderweg Nr.: 1) Weiterhin ebene Strecke. Bei km 5,4, links ist die Ortschaft Forstthof in Sicht, wir laufen in den Wald. Am Ende des Anstieges, links ist eine Kapelle, kommen wir an eine Wegegabelung und biegen nach rechts, dem Wanderweg Nr.: 1 folgend, ab. 50 m weiter stoßen wir wieder auf eine Wegegabelung, vor uns befindet sich das Schützenheim von Großalbershof, wir laufen nach links weiter. Bei km 5,7 erreichen wir, auf leicht ansteigender Strecke, die ersten Häuser von Forstthof und laufen gerade aus zur Wechselstation die wir nach 6,0 km erreichen.

3. Streckenabschnitt: Großalbershof – Hahnbach 8,6 km

Verantwortlich: FC Großalbershof – FF Großalbershof

Wechsel: Forsthof (bei der Gastwirtschaft des FC Großalbershof)

Nach dem Wechsel laufen wir geradeaus weiter und stoßen nach 100 m auf die Verbindungsstraße B 85 – Feuerhof (AS 11), in die wir dann nach rechts einlaufen und dem auf der linken Seite verlaufenden Radweg in Richtung Sulzbach-Rosenberg folgen. Die Strecke steigt ab hier an. Bei km 1,9 erreichen wir die Ortschaft Rummersricht, rechts befindet sich eine Bushaltestelle, hier endet der ansteigende Streckenverlauf und wir laufen geradeaus weiter. Bei km 2,1 biegen wir nach links in einen kurz abfallenden Weg ab und laufen geradeaus in einen Feldweg weiter. Bei km 2,3 erreichen wir eine Wegegabelung, wir laufen links in Richtung Waldrand. Bei km 2,6 laufen wir in den Wald und folgen der Wegemarkierung „roter Kreis“. 50 m weiter kommen wir wieder an eine Wegegabelung, hier nehmen wir die linke Abzweigung. Bei km 3,2 kommen wir erneut an eine Wegegabelung, hier laufen wir nach rechts in Richtung Waldrand weiter. Nach 100 m erreichen wir den Waldrand und laufen links, in Richtung Dürnsricht, weiter. Bei km 3,5 zweigt nach links ein Feldweg ab, wir laufen aber gerade in Richtung Ortschaft weiter. Nach Erreichen des Ortsrandes von Dürnsricht geht der Feldweg in einen abfallenden Teerweg über. Bei km 3,8 stoßen wir auf die AS 21, in die wir nach links Richtung Iber einbiegen. Nach 50 m laufen wir an einer Kapelle vorbei und 100 m weiter laufen wir nach rechts in einen Feldweg weiter der nach Pickenricht führt. Ab hier fällt die Strecke leicht ab. Bei km 5,0 erreichen wir die Ortschaft Pickenricht. 100 m weiter kommen wir an eine Wegegabelung bei einer Baumgruppe, hier laufen wir nach links in Richtung Bushaltestelle. Bei der Bushaltestelle zweigt nach rechts ein Teerweg ab, wir laufen geradeaus weiter. Bei km 5,4 zweigt zunächst links und dann rechts ein Weg ab, auch hier laufen wir gerade aus weiter in Richtung Waldrand. Nach 100 m kommen wir zu einer Wegegabelung, wir laufen den rechten, ansteigenden Weg. Nach 200 m verlassen wir die Ortschaft Pickenricht und laufen auf einem Schotterweg in den Wald. Die Strecke steigt nach wie vor an. Bei Erreichen des Waldrandes endet der Anstieg und es zweigt nach links ein Weg ab in dem wir einbiegen und am Waldrand entlang weiterlaufen. Nach 400 m zweigt ein Feldweg nach rechts ab in den wir abbiegen. Der Weg führt uns an einem Hochsitz, auf abfallender Strecke, vorbei. Bei km 6,6 stoßen wir senkrecht auf einen Teerweg dem wir nach rechts, auf nun ebenem Streckenverlauf, folgen. Bei km 7,3 kommen wir an eine Wegegabelung, hier laufen wir nach links, auf dem Teerweg, weiter. Bei km 7,8 zweigt nach links ein Land- und Forstwirtschaftsweg ab, wir laufen gerade auf dem Hauptweg weiter. Nach 200 m kommen wir zum Hahnbacher Kreisverkehr, hier überqueren wir die B 14 und laufen in Richtung Ortsmitte weiter. Nach weiteren 200 m laufen wir über die Vilsbrücke. Unmittelbar nach der Brücke laufen wir nach rechts in die Straße Marktgraben. Nach 100 m zweigt nach rechts die Straße Rötelwiesen ab, wir laufen jedoch geradeaus weiter. Bei km 8,5 treffen wir auf die Herbert-Falk-Straße, links ist das Hahnbacher Markttor (Amberger Tor), wir folgen der Herbert-Falk-Straße nach rechts. Nach 8,6 km erreichen wir die Wechselstation Hahnbach auf Höhe des Hahnbacher Rathauses.

4. Streckenabschnitt: Hahnbach – Kötzersricht 2,9 km

Verantwortlich: SV Hahnbach – FF Hahnbach

Wechsel: Vor dem Rathaus Hahnbach

100 m nach dem Wechsel kommen wir zum Kreisverkehr, wir laufen auf dem Gehweg geradeaus in die Amberger Straße. Nach rechts zweigen die Austraße und die Lindenstraße ab, wir laufen weiterhin auf der Amberger Straße. Nach 350 m verlassen wir die Amberger Straße und laufen rechts in den Kümmerbucher Weg, dem wir immer geradeaus, auf ebener Strecke, folgen. Bei km 1,2 erreichen wir die Ortschaft Kümmerbuch und stoßen auf eine Straßenkreuzung. Wir laufen geradeaus weiter und kommen auf diesem Weg, bei km 2,1, an eine Wegegabelung. Hier laufen wir nach links in den Vilstalradweg. Nach 200 m beschreibt der Radweg eine Linkskurve. Wir folgen dem Radweg der uns zwischen zwei Weihern hindurchführt. Bei km 2,9 erreichen wir, auf Höhe der Vilsbrücke, die Wechselstation von Kötzersricht.

5. Streckenabschnitt: Kötzersricht – Ursulapoppenricht 5,0 km

Verantwortlich: FF Kötzersricht

Wechsel: Auf dem Vilstalradweg, auf Höhe der Vilsbrücke

Nach dem Wechsel laufen wir geradeaus auf dem Vilstalradweg weiter. Bei km 1,2 erreichen wir Laubhof, stoßen auf eine Wegekreuzung (beim Ulrich) und laufen hier nach links und kommen nach 100 m über die Vilsbrücke weiter zur Unterführung der Verbindungsstraße Hahnbach – Amberg (ST 2120). Unmittelbar nach der Unterführung laufen wir nach links weiter. Ab hier ansteigender Streckenverlauf, nach weiteren 200 m folgen wir der nach rechts abbiegenden Straße in Richtung Bauschuttdeponie. Bei km 2,5 erreichen wir die Bauschuttdeponie, hier endet der Anstieg. Nach weiteren 200 m macht die Straße eine Linkskurve, wir biegen nach rechts ab in einen Waldweg und kommen unmittelbar danach an eine Wegegabelung, wo wir den linken Waldweg weiterlaufen. Bei km 2,8 kommt von rechts ein Waldweg, wir laufen am Waldrand, auf abfallender Strecke, nach links Richtung Godlricht, das bereits in Sicht ist. Nach 300 m stoßen wir auf einen Schotterweg. Wir laufen nach links, weiterhin am Waldrand entlang. Bei km 3,4 (Ende der abfallenden Strecke) rechts ist eine Scheune, zweigt nach links ein Schotterweg ab, wir laufen jedoch gerade aus weiter. Bei km 3,6 geht der Schotterweg in einen Teerweg über und nach 100 m stößt dieser Teerweg auf eine Straße in die wir nach links einbiegen. Bei km 3,8 erreichen wir eine Bushaltestelle, hier zweigt nach links ein geteilter Weg ab, wir laufen weiterhin auf der Straße, die uns 50 m weiter über einen Bahnübergang führt. Unmittelbar nach Überqueren des Bahngleises laufen wir nach links in den Radweg Richtung Amberg / Ursulapoppenricht ein. Bei km 4,2 nach der Straßenunterführung, folgen wir

dem Radweg nach rechts der dann kurz ansteigt und danach wieder abfällt. Nach 500 m zweigt nach links ein Weg ab in den wir laufen. Nach 150 m stoßen wir senkrecht auf einen Feldweg, hier laufen nach rechts weiter. Nach 100 m laufen wir links am Feuerwehrgerätehaus vorbei und kommen an die Straße „Am Sportplatz“. Hier laufen wir nach links Richtung Sportplatz und erreichen nach 5,0 km die Wechselstation.

6. Streckenabschnitt: Ursulapoppenricht – Ammersricht 4,6 km

Verantwortlich: SF Ursulapoppenricht – FF Ursulapoppenricht

Wechsel: Am Sportgelände des SV Ursulapoppenricht

50 m nach dem Wechsel, kurz vor dem Sportheim, biegen wir nach rechts in einen ansteigenden Teerweg ein. Bei km 0,3 erreichen wir die Verbindungsstraße Ursulapoppenricht – Höhengau (AS 31), die wir geradeaus überqueren und in den Höhengauer Weg einlaufen. Ab hier abfallender Streckenverlauf. Bei km 0,5 stößt der Höhengauer Weg auf den Kirchensteig in den wir nach rechts einbiegen (Ende der abfallenden Strecke) und 50 m weiter stoßen wir erneut auf eine Straße (Alte Dorfstraße), hier laufen wir nach links auf dem Gehweg. Nach 50 m zweigt nach links der Lohweg ab, wir laufen geradeaus weiter. Nach 50 m biegen wir von der Hauptstraße nach links ab in den Ammersrichter Steig und laufen am Friedhof entlang. Zunächst ansteigender dann abfallender Streckenverlauf. Bei km 1,0 erreichen wir das Ortsendeschild von Ursulapoppenricht und laufen auf dem Teerweg weiter. Bei km 1,7 erreichen wir die Ortschaft Kienlohe und nach weiteren 100 m kommen wir an eine Straße (Steinbruckweg), gegenüber ist eine Scheune, hier laufen wir nach rechts und folgen dem Straßenverlauf. Bei km 2,1 unmittelbar vor der Trocknungsanlage, zweigt nach links ein Weg ab in den wir einlaufen. Nach 100 m führt die Laufstrecke zwischen den Fürstenweihern hindurch und bei km 2,3 zweigt ein Feldweg nach rechts ab, wir laufen geradeaus weiter. Bei km 2,5 laufen wir in den Wald und kommen 10 m weiter bei einem einzelnstehenden Baum an eine Wegegabelung, wir laufen den rechten Weg. Nach 200 m erreichen wir die ersten Häuser von Neubernricht. Wir laufen gerade auf dem Poppenrichter Weg weiter. Nach 100 m kommen wir an die Straße die nach Neubernricht führt, vor uns ist ein Trafohaus. Hier biegen wir nach links ab in den Radweg der in Richtung Amberg / Ammersricht führt. Bei km 3,1 zweigt nach links ein Teerweg zu einer Scheune ab, wir laufen jedoch auf dem Hauptweg, der hier eine Rechtskurve macht, weiter. Nach 300 m laufen wir durch die Unterführung der neuen Umgehungsstraße (ST 2238) nach Hirschau. Nach weiteren 300 m zweigt der Radweg Amberg / Ammersricht nach rechts ab, wir laufen geradeaus, Richtung Scheune, weiter. Nach 100 m kommen wir zu einer Wegegabelung bei der wir den rechten Weg nehmen. Nach weiteren 300 m kommen wir zum Oberammersrichter Weg in den wir nach links einbiegen und 10 m weiter biegt rechts der Vogteiweg ab. Wir laufen jedoch auf dem Oberammersrichter Weg geradeaus weiter. Bei km 4,3 stoßen wir auf die Hirschauer Straße. Wir biegen nach links, in Richtung Hirschau, ab und laufen auf der rechten Straßenseite weiter. Nach 200 m kommen wir an eine Parkbucht in die wir einlaufen und nach weiteren 50 m laufen wir nach rechts ein kurzes Stück über eine Wiese und erreichen nach 4,6 km die Wechselstation bei der Tennisanlage der DJK Ammersricht.

7. Streckenabschnitt: Ammersricht – Raigering 3,1 km

Verantwortlich: DJK Ammersricht – FF Ammersricht

Wechsel: Bei der Tennisanlage der DJK Ammersricht

Nach dem Wechsel laufen wir nach links in den Oberammersrichter Weg. Nach 500 m, links zweigt der Weg nach Oberammersricht ab, geht die Teerstraße in einen ansteigenden Schotterweg über, den wir folgen. Bei km 0,7 zweigt nach links ein weiterer Weg ab, wir laufen jedoch gerade aus weiter. Bei km 1,2 zweigt nach rechts ein Waldweg ab, wir laufen geradeaus in den Wald ein. Nach 100 m zweigt nach rechts ein Schotterweg ab, wir laufen geradeaus weiter. Hier endet auch die ansteigende Strecke. Bei km 1,6 stoßen wir auf einen Weg in den wir nach rechts weiterlaufen (links ist das Industriegebiet Immenstetten sichtbar). Bei km 1,8 verlassen wir den Wald und 200 m weiter stoßen wir auf einen Schotterweg in den wir nach rechts einbiegen und am Waldrand entlang laufen. Bei km 2,7 kommen wir an den geteerten Langanger Weg. Hier laufen wir nach links und folgen dem Straßenverlauf der kurz ansteigt und dann in eine abfallende Strecke übergeht. Nach 100 m zweigen nach rechts zwei Schotterwege ab, wir folgen dem nach links führenden Straßenverlauf. Bei km 3,0 biegen wir nach rechts in die Sackgasse „Am Pandurenpark“ ein und erreichen nach 3,1 km die Wechselstation.

8. Streckenabschnitt: Raigering – Paulsdorf 7,8 km

Verantwortlich: SV Raigering - FF Raigering

Wechsel: Am Sportplatz des SV Raigering (Pandurenpark)

Nach dem Wechsel laufen wir gerade in den Fußweg Richtung Raigering. Nach 600 m erreichen wir Raigering und laufen gerade in die Dorfstraße. Nach 300 m stoßen wir auf die Raigeringer Straße, die wir überqueren und nach rechts auf dem Bürgersteig weiterlaufen. Nach 100 m verlassen wir die nach rechts verlaufende Raigeringer Straße gerade aus in die Fagerastraße und biegen unmittelbar danach nach links in eine Sackgasse ein. Nach 200 m kommen wir über eine Fußgängerbrücke zu einer Fußgängerampel, die über die AM 30 führt. Wir überqueren hier die AM 30, biegen nach links

und unmittelbar danach nach rechts in Richtung Waldfriedhof ab. Nach 50 m stoßen wir auf die Talstraße in die wir nach links einbiegen, nach weiteren 50 m laufen wir nach rechts in die Straße Zur Hochmühle. Ab hier stark ansteigender Streckenverlauf. Nach 500 m, bei einem einzeln stehenden Haus, laufen wir bei einer Wegegabelung in den nach rechts abzweigenden Schotterweg der in den Wald führt. Bei km 2,6 zweigt in einer Kurve ein Weg nach links ab, wir bleiben aber auf dem Hauptweg. Hier endet der Anstieg. Bei km 2,8 stoßen wir senkrecht auf einen geschotterten Waldweg in den wir nach links einbiegen. 50 m weiter zweigt nach rechts ein Weg ab, wir bleiben aber auf dem bisherigen Weg. Ab hier ebener bis abfallender Streckenverlauf. Bei km 3,0 kommen wir zu einer Wegegabelung, hier laufen wir nach links. Bei km 3,3 zweigt nach links ein Weg ab, wir laufen geradeaus weiter. Nach 3,6 km verlassen wir kurz den Wald und biegen bei der Wegegabelung nach rechts ab und 50 m weiter biegen wir nach links in den Wald ein. Bei km 3,8 kommen wir wieder an eine Wegegabelung bei der wir die rechte Abzweigung nehmen. Bei km 4,0 kommen wir erneut zu einer Wegegabelung, wir nehmen die linke Abzweigung und 10 m weiter kommt die nächste Wegegabelung bei der wir in den rechten Weg einlaufen. Nun verlassen wir den Wald und laufen auf einem Feldweg weiter. Bei km 5,0 stoßen wir auf einen Feldweg in den wir nach rechts einbiegen. Nach 200 m biegen wir nach links ab in einen Schotterweg der zur Straße Lintach – Paulsdorf (AS 18) führt. Wir erreichen die Kreisstraße AS 18 bei km 6,0 und laufen nach links in die Kreisstraße AS 18 ein und folgen ihr. Nach 50 m überqueren wir die AS 18 und kommen anschließend zu einer Wegegabelung an der wir die rechte Abzweigung nehmen und laufen auf diesem Weg, der am Waldrand verläuft, weiter. Bei km 6,6 kommen wir an eine Wegegabelung und biegen nach rechts ab. Nach 100 m zweigt nach rechts ein geteilter Weg ab, wir laufen geradeaus auf dem Feldweg weiter. Nach 300 m führt der Weg in den Wald. Nach weiteren 100 m kommen wir an einem Weiher vorbei. Nach dem Weiher, bei km 7,1 stoßen wir auf einen Schotterweg (Nordic Walking Strecke Nr.: 2) in den wir nach rechts einlaufen. Nach 200 m zweigt nach rechts ein Weg ab, wir laufen aber geradeaus weiter. Bei km 7,6 kommen wir zu einem Bauernhof der bereits zu Paulsdorf gehört. Hier biegen wir nach links in einen schmalen Feldweg ein, der uns nach 150 m zur Straße „An den Weihern“ führt. Wir laufen nach links und erreichen bei km 7,8, beim Landgasthof Aschenbrenner, die Wechselstation Paulsdorf.

9. Streckenabschnitt: Paulsdorf – Ebermannsdorf 6,5 km

Verantwortlich: SSV Paulsdorf und FF Hiltersdorf

Wechsel: beim Landgasthof Aschenbrenner

Nach dem Wechsel laufen wir vor bis zur Hauptstraße (ST 2040), in die wir nach rechts einbiegen. 50 m weiter biegen wir vor der Toyota Werkstätte nach links ab in einen geschotterten Feldweg. Bei km 0,5 kommen wir über eine kleine Brücke und 50 m weiter geht der geschotterte Weg in einen geteilteren Weg über. 50 m weiter (bei drei Birken) laufen wir geradeaus in einen breiten geschotterten Feldweg ein, der ansteigend verläuft. Bei km 1,0 (Ende des Anstieges) kommen wir zu einer Wegekreuzung, wir laufen geradeaus auf nun abfallender Strecke weiter. Bei km 1,2 zweigt nach rechts ein Weg ab, wir laufen geradeaus weiter und bei km 1,4 kommen wir wieder zu einer Wegekreuzung, wir laufen auch hier geradeaus weiter. Bei km 1,7 kommen wir an einer Lagerhalle vorbei und unmittelbar danach biegen wir nach links in einen Schotterweg ein, der zur Kreisstraße AS 18 führt, in die wir bei km 1,8 nach rechts einbiegen. Wir laufen nun auf der linken Seite der Kreisstraße AS 18 weiter, überqueren die Bahnlinie über eine Brücke, und laufen auf der Kreisstraße AS 18 weiter bis zum Haidweiher. Bei km 2,9 erreichen wir die Bundesstraße B 85, die wir geradeaus überqueren und gleich nach der Überquerung biegen wir nach links in den parallel zur B 85 verlaufenden Radweg ein. Wir laufen nun auf diesem Radweg vor bis zur Panzerstraße, in die wir bei km 3,3 einbiegen. Bei km 3,9 biegen wir nach rechts ab in einen breiten Schotterweg, rechts befindet sich ein Hinweisschild „Wasserschutzgebiet“, 50 m weiter ist links die Panzerwaschanlage. Nun führt dieser breite Schotterweg durch den Wald. Bei km 4,6 kommen wir an eine Wegekreuzung, wir laufen geradeaus weiter und bleiben auf diesem Schotterweg. Bei km 5,3 zweigt nach links ein Weg ab, wir laufen jedoch geradeaus weiter. Bei km 5,8 zweigt erneut ein Weg nach links ab wir laufen auch hier geradeaus weiter. Bei km 5,8 zweigt ein Weg nach links ab wir laufen wieder geradeaus weiter und bei km 6,4 biegen wir nach rechts ab und laufen gleich anschließend über die Autobahnbrücke. 100 m weiter erreichen wir nach 6,5 km die Wechselstation in Ebermannsdorf.

10. Streckenabschnitt: Ebermannsdorf – Wolfsbach 4,6 km

Verantwortlich: SpVgg Ebermannsdorf – FF Ebermannsdorf

Wechsel: Auf dem Sportgelände der SpVgg Ebermannsdorf

Nach der Wechselstation laufen wir geradeaus auf der Bergstraße weiter. Ab hier stark abfallender Streckenverlauf. Nach 400 m zweigt rechts die Hubertusstraße ab, wir laufen geradeaus weiter auf der Bergstraße, um dann unmittelbar nach rechts in einen kurzen Anstieg einzulaufen, der danach in die Schulstraße (abfallende Strecke) übergeht. Nach 50 m laufen wir am Rathaus der Gemeinde Ebermannsdorf vorbei, das sich rechts vom Laufweg befindet und laufen geradeaus auf der Schulstraße weiter. Nun stark abfallender Straßenverlauf. Nach weiteren 50 m stoßen wir auf die Hauptstraße, die wir geradeaus überqueren und laufen auf dem Wiegentalweg in Richtung Kläranlage weiter. Nach einem Kilometer kommen wir zur Kläranlage, laufen an ihr vorbei in einen Forstwirtschaftsweg der zunächst geteert ist und mit der Wegekennzeichnung Rotes Kreuz (Erzweg) gekennzeichnet ist.

Bei km 1,4 erreichen wir eine Wegegabelung, hier nehmen wir den linken Weg und folgen weiterhin der Markierung mit dem Roten Kreuz. Der Laufweg führt uns an zwei Weihern vorbei in ein Tal. Bei km 1,8 geht der geschotterte Weg in einen Feldweg über, der 100 m weiter in den Wald führt. Wir folgen der Markierung Rotes Kreuz. Ab hier steigt die Strecke für 150 m leicht an, fällt dann in ein Tal leicht ab, und geht in ebene Laufstrecke über. Bei km 2,3 kommen wir an

eine Wegegabelung, wir nehmen den rechten Weg und folgen weiter der Markierung Rotes Kreuz. Nach 500 m passieren wir einen Hochsitz. Bei km 3,1, rechts ist eine Fischzuchtanlage, stoßen wir auf die Straße nach Hofstetten in die wir nach rechts einlaufen und dem abfallenden Straßenverlauf auf der linken Straßenseite folgen. Weiterhin Markierung Rotes Kreuz. Bei km 3,3 stoßen wir auf die Verbindungsstraße Theuern – Wolfsbach in die wir links einbiegen und dem Straßenverlauf auf der linken Straßenseite weiterlaufen. Hier verlassen wir den Erzweg (Markierung Rotes Kreuz). Die Ortschaft Wolfsbach ist bereits in Sichtweite. Bei km 3,7 erreichen wir den Ortsrand von Wolfsbach. Bei km 4,1, rechts ist eine Bushaltestelle, laufen wir nach rechts, Richtung Waldhaus, über die Vilsbrücke. Nach überqueren der Vils treffen mehrere Straßen aufeinander, wir laufen nach links in die Von Holler Straße: Nach 200 m zweigt links die Ringstraße ab, wir laufen geradeaus weiter auf der Von Holler Straße. Nach weiteren 200 m biegen wir rechts in die Osterbergstraße und folgen ihr bis wir nach 5,6 km die Wechselstation erreichen.

11. Streckenabschnitt: Wolfsbach – Köfering 9,9 km

Verantwortlich: Wolfsbacher Schützen – FF Wolfsbach

Wechsel: am Feuerwehr Gerätehaus.

Nach dem Wechsel laufen wir nach rechts in den geteerten „Fünf Flüsse Radweg“ ein. Nach 300 m laufen wir über eine Brücke und folgen weiter dem „Fünf Flüsse Radweg“. Nach weiteren 300 m stoßen wir auf eine Straße die wir geradeaus überqueren und folgen dem „Fünf Flüsse Radweg“, der ab hier nicht mehr geteert ist. Bei km 0,9 quert ein Weg den „Fünf Flüsse Radweg“, wir bleiben auf dem Radweg und laufen geradeaus weiter. Bei km 2,7 biegt rechts der Erzweg ab, wir laufen geradeaus weiter. Bei km 3,0 laufen wir in die Ortschaft Theuern ein und überqueren die Lochnerstraße und folgen weiter dem „Fünf Flüsse Radweg“ der ab hier wieder geteert ist. Nach 200 m kreuzt die Portnerstraße, wir laufen gerade darüber und folgen weiter dem „Fünf Flüsse Radweg“. Bei km 3,4 erreichen wir den Theuerner Radl Bahnhof, wir überqueren die Stromerstraße und folgen weiter dem Radweg. Bei km 3,5 fällt die Strecke 100 m ab und kreuzt einen Weg (nach links geht es zum Sportheim des TSV Theuern) den wir geradeaus überqueren und laufen weiter auf dem „Fünf Flüsse Radweg“ der hier kurz ansteigt und nach 50 m wieder eben weiterverläuft. Nach 300 m führt uns der Laufweg unter der Autobahnbrücke hindurch. Bei km 4,6 kreuzt ein Feldweg, wir laufen geradeaus auf dem „Fünf Flüsse Radweg“ weiter. Nach 400 m kreuzt erneut ein Feldweg, wir laufen auch hier geradeaus auf dem „Fünf Flüsse Radweg“ weiter. Nach weiteren 400 m kreuzt ein geteeter Weg, wir laufen geradeaus weiter und folgen dem „Fünf Flüsse Radweg“. Bei km 5,8 kommt von rechts ein geteeter Weg und wir stoßen auf eine Wegegabelung. Hier laufen wir in den rechten Weg. Bei km 6,7 kreuzt den geschotterten „Fünf Flüsse Radweg“ ein geteeter Weg, wir laufen geradeaus weiter. Bei km 7,0 geht der geschotterte Radweg in einen Teerweg über. Bei km 7,7 erreichen wir die Lichtzeichenanlage der Kreuzung Köferinger Straße (AS 27) – Bayernwerkstraße. Wir laufen geradeaus über die Kreuzung und folgen der Bayernwerkstraße, auf dem Gehweg der linken Straßenseite, in Richtung Amberg. Bei km 8,0 laufen wir nach links in die Straße „Utzhütte“ und kommen nach 50 m an eine Straßengabelung, wir laufen in die rechte Straße. Ab hier ansteigender Streckenverlauf. Nach 200 m kommen wir an eine Kapelle an der wir vorbeilaufen und folgen dem Schotterweg. Hier endet der Anstieg. Nach 400 m zweigt nach rechts ein Weg ab der zu einer Stallung führt, wir laufen geradeaus weiter. Bei km 9,7 zweigt erneut ein Weg nach rechts ab, wir laufen geradeaus weiter und kommen nach 30 m an die Waldhausstraße (AM 2/AS 2) die wir überqueren und danach geradeaus in einen Feldweg laufen. Nach 200 m kommen wir an eine Pferdekoppel an der wir entlanglaufen. Nach weiteren 200 m fällt die Laufstrecke leicht ab und führt uns zum Sportgelände des SV Hubertus Köfering. Hier erreichen wir auf dem Nebenplatz nach 9,9 km das Ziel in Köfering.