

Lange-Bahn-Lauf

Der Klassiker vor dem Rennsteiglauf



Zeichenerklärung

- 11,2 km Lauf
- 22,5 km Lauf
- 33,6 km Lauf

Bergbaude Lange Bahn
 22,5 km-Lauf bei 10,7 km
 33,6 km-Lauf bei 10,7 km / 21,8 km

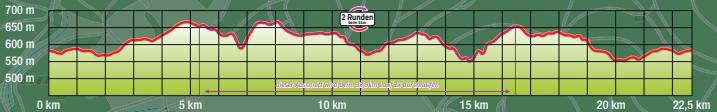
2 Runden
 beim 34er

Altendambacher Höhe
 11,2 km-Lauf bei 5,3 km
 22,5 km-Lauf bei 5,3 / 10,5 km
 33,6 km-Lauf bei 5,3 / 10,5 km

Altendambacher Höhe
 ab hier wird beim 33,6 km-Lauf
 die Runde 2x durchlaufen

22,5 km - 410 Höhenmeter

33,6 km - 680 Höhenmeter



11,2 km - 145 Höhenmeter

