

1. Streckenabschnitt: Schmidmühlen – Vilshofen 6,0 km

Verantwortlich: SV Schmidmühlen – FF Schmidmühlen

Start: Am Sportgelände des SV Schmidmühlen

Nach dem Start laufen wir gerade in einen Teerweg. Auf diesem Weg erreichen wir nach 200 m Die St 2235. Hier biegen wir nach links ab und laufen auf der rechten Straßenseite in Richtung Adertshausen. Bei km 0,6 zweigt nach rechts eine Straße in Richtung Gewerbegebiet ab in die wir einbiegen. Nach 20 m kommen wir an eine Straßengabelung hier folgen wir, auf ansteigender Strecke, der Ausschilderung Gewerbegebiet nach rechts. Bei km 1,2 laufen wir am Ortsschild Schmidmühlen vorbei und nach 200 m erreichen wir eine Straßengabelung hier laufen wir nach rechts. Hier endet die Steigung. Nach weiteren 200 m stoßen wir auf eine Teerstraße in die wir, auf wieder ansteigender Strecke, nach links einbiegen. Nach 50 m verlassen wir Schmidmühlen und laufen weiter in Richtung Hammerberg. Bei km 1,9 kommen wir erneut an eine Wegegabelung, wir laufen nach rechts in den breiten, abfallenden Schotterweg. Nach 500 m beginnt dieser Schotterweg wieder anzusteigen. Bei km 3,0 stoßen wir auf einen Teerweg hier laufen wir nach rechts in den Ort Hammerberg. Hier endet der Anstieg. Nach 100 m stoßen wir erneut auf eine Teerstraße hier laufen wir nach links. Bei km 3,3 verlassen wir Hammerberg und laufen weiter in Richtung Vilshofen. Ab hier wieder abfallender Streckenverlauf. Bei km 3,8 zweigt nach links eine Straße ab, wir laufen, auf wieder ansteigender Strecke geradeaus weiter. Bei km 4,3 zweigt nach links ein Schotterweg ab, wir laufen, auf wieder abfallender Strecke, geradeaus weiter. Bei km 5,0 erreichen wir Vilshofen. Hier laufen wir gerade aus Richtung Ortsmitte. Bei Km 5,150 biegen wir rechts in die Bahnhofsstraße ein. Nach ca. 50 m nach, der Wohngemeinschaft Vilshofen, biegen wir rechts in einen Schotterweg ein. Nach 20m erreichen wir den Radweg in den wir nach rechts einbiegen. Wir folgen den Radweg bis zur Kreuzung der Verbindungsstraße Vilshofen - Kreuth. An der Kreuzung biegen wir nach links in den Pfarrberg ein nach 20 m wieder links in die Pfarrbergstraße. Auf dieser Straße erreichen wir nach 6,0 km die Wechselstation.

2. Streckenabschnitt: Vilshofen – Rieden 4,0 km**Verantwortlich:** SV Vilshofen – FF Vilshofen**Wechsel:** An der Straße beim Sportheim des SV Vilshofen

Unmittelbar nach dem Wechsel laufen wir nach rechts in die Wunibaldstraße. Nach ca. 75 m laufen wir in die Verbindungsstraße Vilshofen – Kreuth auf ansteigender Strecke ein. Nach 100 m verlassen wir die Ortschaft Vilshofen in Richtung Kreuth. Nach 150 m laufen wir am Sportgelände des SV Vilshofen vorbei und bei km 0,4 laufen wir gerade in den Fuß- und Radweg der parallel zur Verbindungsstraße Vilshofen – Kreuth verläuft. Bei km 0,8 erreichen wir auf diesem Radweg die Ortschaft Kreuth und laufen kurz danach am Waldhotel vorbei. Bei km 1,2 laufen wir nach rechts in die Besucherparkplatzausfahrt, überqueren die Straße, laufen 10 m nach rechts und biegen nach links in einen ansteigenden Schotterweg ein. Nach 20 m zweigt nach links ein Schotterweg ab, wir laufen gerade, auf nun ebener Strecke, weiter. Nach weiteren 20 m kommen wir an eine Wegekreuzung, wir laufen geradeaus auf abfallender Strecke weiter. Bei km 1,4 zweigt nach links ein Wiesenweg ab, wir laufen geradeaus weiter. Nach 150 m zweigt nach rechts ein Schotterweg ab der in den Wald führt, bei km 1,8 zweigt nach rechts ein Schotterweg ab, wir laufen, auf nun ebener Strecke, gerade am Waldrand entlang weiter. Bei km 2,5 kommen wir an eine Wegekreuzung, wir laufen in den rechten, ansteigenden Schotterweg. Nach 300 m endet der Anstieg und die Strecke beginnt abzufallen. Bei km 3,1 kommen wir an das Ortsschild von Rieden, ab hier geht der geschotterte Weg in eine Teerstraße über. Nach 100 m zweigt nach links die Straße Im Lehel ab, wir laufen auf der Forststraße gerade weiter. Bei km 3,5 kommen wir an eine Straßenkreuzung, wir laufen weiterhin geradeaus auf der Forststraße. Nach 100 m zweigt nach rechts die Straße Am Striegl ab, wir laufen auf nun ebener Strecke geradeaus weiter. Nach 50 m, beim Rathaus von Rieden, kommen wir erneut an eine Straßenkreuzung, hier laufen wir nach rechts in die Hirschwalder Straße. Nach weiteren 50 m laufen wir nach links in die Vilshofener Straße. Auf dieser Straße erreichen wir, nach 4,0 km, die Wechselstation auf dem Marktplatz von Rieden.

3. Streckenabschnitt: Rieden – Ensdorf 4,8 km**Verantwortlich:** FC Rieden – FF Rieden**Wechsel:** Auf dem Marktplatz von Rieden

Unmittelbar nach dem Wechsel kommen wir an eine Straßengabelung, wir laufen nach links an der Kirche vorbei und 20 m weiter, zwischen der Bäckerei „Georg Grosser“ und dem Gasthaus „Zur Krone“, laufen wir nach rechts in die Blumenthalstraße. Nach 600 m erreichen wir auf dieser Straße das Ortsende von Rieden und laufen auf dieser Straße in Richtung Ensdorf weiter. Nach weiteren 200 m, rechts ist ein umzäunter Wasserspeicher, laufen wir, auf kurz ansteigender Strecke, nach links in einen Teerweg. Nach 60 m kommen wir an eine Wegekreuzung, wir laufen nach rechts in den geschotterten Radweg, der zunächst eben und dann leicht abfallend verläuft. Bei km 1,4 erreichen wir eine Wegekreuzung, wir laufen geradeaus in den nun geteerten Radweg weiter. Bei km 1,8 laufen wir an der Firma Zapf vorbei. Nach 50 m kommen wir an eine Kreuzung, wir laufen nach rechts, in Richtung Ortsende Schild von Ensdorf und nach 10 m laufen wir nach rechts in Richtung Rieden. Nach weiteren 20 m kommen wir an eine Straßengabelung, der rechte Weg führt wieder zur Firma Zapf, hier laufen wir geradeaus und nach 20 m laufen wir nach links unter der Unterführung der St 2165 durch. Nach der Unterführung laufen wir nach rechts über die Vilsbrücke und kommen bei km 2,3 an die Hauptstraße, die wir überqueren um dann nach rechts auf dem Bürgersteig der Hauptstraße entlang zu laufen. Bei km 3.1 stoßen wir auf eine Wegegabelung der wir nach links folgen (bei 5 to Verkehrsschild). Nach 30 m verlassen wir die Teerstraße und biegen rechts in einen Feldweg ein. Nach weiteren 10 m laufen wir nach links und folgen den ansteigenden Feldweg. Bei km 4,1 folgen wir den Feldweg nach links. Bei km 4,1 folgen wir den Feldweg nach links. Dort werden wir auch schon in Sichtweite die Wechselstation wahrnehmen. Bei km 4.6 laufen wir nach rechts am Zaun des Fußballplatzes entlang, dann noch einmal nach links und schon laufen wir in die Wechselstation beim Sportheim der DJK Ensdorf ein.

4. Streckenabschnitt: Ensdorf – Diebis 6,1 km

Verantwortlich: DJK Ensdorf – FF Ensdorf

Wechsel: Am Sportgelände der DJK Ensdorf

Nach dem Wechsel kommen wir an die Thanheimer Straße in die wir nach rechts, auf ansteigender Strecke, weiterlaufen. Bei km 0,9 laufen wir nach links in einen Schotterweg. Die Strecke verläuft ab hier zunächst eben, dann abfallend. Bei km 1,5 geht der Schotterweg in einen Teerweg über. Nach 300 m stoßen wir auf die AS 8 die wir überqueren und laufen anschließend durch die Ortschaft Seulohe. Beim letzten Haus von Seulohe kommen wir an eine Wegegabelung, hier laufen wir nach links in den Schotterweg. Bei km 2,6 kommen wir an eine Wegegabelung, wir laufen nach rechts. Bei km 3,5 stoßen wir auf einen Schotterweg, hier laufen wir nach links in Richtung Götzenöd. Nach 300 m haben wir Götzenöd erreicht und kommen an eine Wegegabelung wo wir nach links durch einen Bauernhof laufen. Bei km 4,0 kommen wir an eine Wegegabelung hier laufen wir nach links. Nach 100 m, bei einer Kapelle, stoßen wir auf die AS 22, wir laufen auf der rechten Straßenseite, nach rechts. Bei km 5,1 laufen wir nach rechts in eine Teerstraße und 10 m weiter laufen wir nach links in einen Schotterweg. Ab hier abfallender Streckenverlauf. Bei km 5,9 kommen wir an eine Teerstraße, hier laufen wir nach links. Die Ortschaft Diebis ist bereits in Sicht. Auf dieser Straße erreichen wir, nach 6,1 km die Wechselstation am Feuerwehrgerätehaus in Diebis.

5. Streckenabschnitt: Diebis – Ebermannsdorf 5,2 km**Verantwortlich:** FF Diebis**Wechsel:** Am Feuerwehrgerätehaus in Diebis

50 m nach dem Wechsel stoßen wir auf eine Straße die wir geradeaus überqueren. Nach 500 m zweigt nach links ein Schotterweg ab, wir laufen auf dem geteerten Weg geradeaus weiter. Bei km 0,6 kommen wir an eine Wegekreuzung wir laufen gerade in einen Schotterweg weiter. Bei km 1,0 kommen wir an eine Wegegabelung, wir laufen geradeaus auf abfallender Strecke in den Wald weiter. Bei km 2,0 kommen wir an eine Wegekreuzung, wir laufen nach links in den Schotterweg ein und folgen diesen. Ab hier verläuft die Strecke wieder eben. Bei km 3,4 zweigt nach links ein Weg ab, wir bleiben auf dem geschotterten Weg. Bei km 3,9 kommen wir bei einer Scheune an eine Wegegabelung, hier laufen wir nach rechts und kommen nach 10 m an die AS 23. Diese überqueren wir und laufen rechts auf den Radweg 100 Meter. Hier laufen wir links den geteerten Anstieg hoch und kommen auf einen Waldweg, den wir links weiterverfolgen bis zu km 4,4. Wir treffen auf den Generationsweg, an dieser Gabelung wieder links. Nach weiteren 200 m erreichen wir den Waldrand. Hier ist Ebermannsdorf in Sichtweite. Bis zur Wechselstation am Sportplatz sind es noch 700 m.

6. Streckenabschnitt: Ebermannsdorf – Theuern 3,1 km

Verantwortlich: SpVgg Ebermannsdorf – FF Ebermannsdorf

Wechsel: Beim Sportgelände der SpVgg Ebermannsdorf

Nach dem Wechsel am Sportplatz laufen wir links am Gehweg die Bergstraße 550 m entlang vor bis zur Hauptstraße (AS23). Diese überqueren wir und laufen am Erzweg weiter. Nach km 1,1 verlassen wir Ebermannsdorf. Wir bleiben auf dieser Straße und laufen bis zur Verbindungsstraße Ebermannsdorf – Theuern in die wir rechts einbiegen. Nach weiteren 100 Metern biegen wir rechts ab in einen Feldweg und kommen nach 1,9 km zur Vilstalstraße Amberg – Rieden (St 2165) die wir überqueren. Ab hier abfallende Strecke entlang der Wölsenbergstraße. Bei km 2,5 erreichen wir die Verbindungsstraße Theuern - Wolfsbach. Wir überqueren die Straße und laufen nach rechts weiter. Nach ca. 100 m biegen wir nach links in die Straße Vilsanger ein und folgen den Straßenverlauf. Bei km 2,9 biegen wir nach links ab und überqueren eine Holzbrücke über die Vils. Wir bleiben auf diesen Weg biegen bei km 3,0 nochmal rechts ab und erreichen nach 3,1 km die Wechselstation an der Spiegelglasschleife mit Polierwerk in Theuern.

7. Streckenabschnitt: Theuern – Kümmerbruck 3,9 km

Verantwortlich: TSV Theuern – FF Theuern

Wechsel: An der Spiegelglasschleife mit Polierwerk Theuern (Außenstelle Schloss Theuern)

Nach dem Wechsel folgen wir den Weg bis unter die Autobahnbrücke. Dort biegen wir nach links ab um auf den Radweg Theuern - Kümmerbruck zu stoßen. Auf dem Radweg biegen wir rechts ab um Richtung Kümmerbruck zu laufen. Diesem Radweg folgen wir, auf ebener Strecke, bis zur Ortschaft Haselmühl. Bei km 1,7 an einer Wegekreuzung, rechts ist die Ortschaft Lengenfeld, geht der Schotterweg wieder in einen Teerweg über, wir laufen geradeaus weiter. Nach 300 m kommen wir erneut an eine Wegegabelung, wir laufen geradeaus weiter. Bei km 2,2 geht der Teerweg wieder in einen Schotterweg über. Bei km 3,0 kommen wir an eine Wegegabelung, wir laufen geradeaus in den geschotterten Weg weiter. Bei km 3,3 erreichen wir die ersten Häuser von Haselmühl. Hier geht der Radweg wieder in einen Teerweg über. Kurz vor Erreichen der Kreuzung Köferinger Straße – Bayernwerkstraße laufen wir nach rechts auf eine Wiese wo wir nach 3,9 km die Wechselstation von Kümmerbruck erreichen.

8. Streckenabschnitt: Kümmersbruck – Amberg 4,6 km

Verantwortlich: TSV Kümmersbruck - FF Haselmühl

Wechsel: Auf der Wiese vor der Kreuzung Köferinger Straße - Bayernwerkstraße

Unmittelbar nach dem Wechsel laufen wir geradeaus über die Kreuzung Köferinger Straße – Bayernwerkstraße in die Bayernwerkstraße in den Fuß- und Radweg der parallel zur Bayernwerkstraße verläuft, ein. Nach 600 m verlassen wir auf diesem Radweg die Ortschaft Haselmühl in Richtung Amberg. Nach 50 m zweigt nach rechts ein Feldweg ab, wir laufen geradeaus, auf dem geteerten Radweg weiter. Bei km 1,1 kommen wir an die ersten Häuser von Amberg. Nach 150 m kommen wir an eine Wegekreuzung, wir laufen nach rechts in Richtung Sportzentrum/Altstadt. Bei km 1,5 kommen wir erneut an eine Wegegabelung, wir laufen auf dem geteerten Weg, parallel zur Werner-von-Siemens-Straße, nach links weiter. Nach 150 m erreichen wir das ehemalige Landesgartenschau Gelände. Wir laufen durch ein Tor in das LGS-Gelände und kommen anschließend an eine Wegegabelung wo wir nach links, immer noch parallel zur Werner-von-Siemens-Straße, weiterlaufen. 20 m weiter zweigt nach rechts ein Weg in Richtung Piratenspielplatz ab, wir laufen auf immer noch ebener Strecke, geradeaus weiter. Bei km 2,0 zweigt nach rechts ein Weg ab, wir laufen nach links, in Richtung Jugendzentrum, weiter. Im Anschluss daran laufen wir zwischen Jugendzentrum und Wasserrad durch. Nach 200 m, beim Vesuna-Turm, kommen wir an eine Wegegabelung, wir laufen nach rechts. Nach 100 m stoßen wir auf einen Schotterweg, wir laufen hier nach links und verlassen das LGS-Gelände. 20 m weiter kommen wir an eine Wegegabelung, wir laufen geradeaus unter der Überführung der Bruno-Hofer-Straße durch. Nach weiteren 30 m kommen wir wieder an eine Wegegabelung, wir laufen nach rechts in einen geschotterten Weg. Dieser Weg führt uns am Sportgelände des TV Amberg vorbei. Bei km 2,6 kommen wir an eine Wegekreuzung, wir laufen, auf immer noch ebener Strecke, gerade weiter. Bei km 3,0 kommen wir an eine Wegekreuzung, wir laufen geradeaus, am Sportgelände des TC Am Schanzl vorbei, weiter. Nach 200 m kommen wir an eine Wegekreuzung, wir laufen gerade, an der Amberger Eishalle vorbei, weiter. Bei km 3,4, links ist die JVA Amberg, kommen wir an eine Wegekreuzung, wir laufen gerade in einen geschotterten Fuß- und Radweg mit dem Zusatzschild „Kein Winterdienst“. Nach 100 m führt uns dieser Weg an einen großen Kreisverkehr. Wir laufen nach rechts über den Fußgängerüberweg und folgen dem Radweg, der parallel zur Hockermühlstraße verläuft. Bei km 3,8 zweigt nach rechts ein Weg über eine Brücke ab, auch hier laufen wir geradeaus, auf geschottertem Weg weiter. Bei km 3,9 geht der Fuß- und Radweg in einen Teerweg über. Dieser Radweg führt nach 20 m über eine beampelte Kreuzung (Hockermühlstraße/Kochkellerstraße). Nach überqueren der Kreuzung laufen wir den Fuß- und Radweg parallel zur Hockermühlstraße weiter. Bei km 4,1 liegt rechts das Kassenhaus des Hockermühlbades, wir laufen gerade weiter. Ab km 4,2 laufen wir am Zaun des Hockermühlbades entlang und nach 300 m laufen wir nach rechts, durch ein Tor, in das Gelände des Hockermühlbades hinein. Hier erreichen wir nach 4,6 km die Wechselstation in Amberg.

9. Streckenabschnitt: Amberg - Ammerthal 7,0 km

Verantwortlich: Skivereinigung Amberg - FF Amberg

Wechsel: Im Hockermühlbad

100 m nach dem Wechsel überqueren wir die Hockermühlstraße und laufen auf dem Gehweg nach rechts. Nach weiteren 50 m laufen wir nach links in den Gailoher Weg und 20 m weiter laufen wir nach rechts in den Hofmarkweg. Bei km 0,4 stoßen wir auf die Gerberstraße die wir überqueren und auf dem Gehweg nach rechts weiterlaufen. Nach 50 m, auf Höhe der Firma Reifen Wagner, laufen wir nach links in den Ammerthaler Weg. Bei km 0,5 kommen wir an eine Straßengabelung, hier laufen wir nach links. Bei km 1,3 laufen wir unter B 299 durch. Bei km 2,0 kommen wir an eine Wegekreuzung wir laufen gerade weiter in Richtung Kemnathermühle. Bei km 2,6 erreichen wir das Gelände der Luftsportgruppe Amberg. Hier geht der Teerweg in einen Schotterweg über. Bei km 3,5 kommen wir an eine Wegekreuzung, wir laufen geradeaus weiter. Bei km 4,0 zweigt nach rechts ein Schotterweg ab, auch hier laufen wir geradeaus weiter. 50 m weiter geht der Schotterweg wieder in einen Teerweg über. Bei km 4,6 erreichen wir die Kemnathermühle, hier kommen wir an eine Wegegabelung und laufen nach links weiter. Nach 20 m geht der Teerweg in einen Schotterweg über. Bei km 4,9 kommen wir an die Finkenmühle, hier geht der Schotterweg wieder in einen Teerweg über. Nach 200 m zweigt nach links ein Weg ab, wir laufen geradeaus auf dem Teerweg weiter. Bei km 5,5, wir haben Ammerthal erreicht, stoßen wir auf eine Teerstraße in die wir nach links weiterlaufen. Nach 150 m kommen wir an eine Kreuzung, hier laufen wir nach rechts. Nach 150 m kommen wir an die AS 1, hier laufen wir bei einer Bushaltestelle, auf dem Fuß- und Radweg nach links weiter. Bei km 6,2 überqueren wir den Zebrastreifen, laufen nach links und nach 5 m biegen wir nach rechts in den Mühlweg ein. Wir laufen auf der linken Straßenseite ca. 100 m danach biegen wir nach links in die Straße Am Ammerbach ein. Dieser Straße folgen wir bis wir wieder auf die AS 1 treffen. Bei km 6,5 biegen wir nach rechts ab und laufen auf dem Gehweg. Nach 75 m biegen wir erneut rechts ab in den Marienweg. Nach 100 m laufen wir nach links. Nach weiteren 130 m laufen wir erneut nach links über eine Holzbrücke. Dort sehen wir schon zwischen Fußballplatz und Sportheim die Wechselstation der DJK Ammerthal.

10. Streckenabschnitt: Ammerthal – Hohenkernnath 7,2 km

Verantwortlich: DJK Ammerthal - FF Ammerthal

Wechsel: Am Sportgelände der DJK Ammerthal

Nach dem Wechsel laufen wir, am Sportplatz entlang über den Parkplatz zur „Spitz“. Dort überqueren die AS 1 und laufen den stark ansteigenden Fußweg zum Spitzberg hinauf. Nach weiteren 200 m stoßen wir auf die Straße Am Spitzberg, hier laufen wir, auf weiterhin ansteigender Strecke, nach links. Bei km 0,8 verlassen wir Ammerthal und laufen in Richtung Viehberg. Bei km 1,2 erreichen wir, auf nun abfallender Strecke, Viehberg. Nach 150 m zweigt nach rechts die Straße Zum Roßbusch ab, wir laufen gerade weiter. Nach weiter 100 m zweigt erneut die Straße Zum Roßbusch nach rechts ab, auch hier laufen wir geradeaus weiter. Bei km 1,6 kommen wir, bei einer Bushaltestelle, an eine Straßenkreuzung, hier laufen wir nach rechts. Nach 100 m zweigt nach links der Waldweg ab, wir laufen, auf abfallender Strecke, geradeaus weiter. Nach weiteren 50 m zweigt nach links die Straße Zum Alten Fritz ab, auch hier laufen wir gerade weiter und verlassen kurz darauf Viehberg. Bei km 1,8, beim Rettungstreffpunkt AS 2122, verlassen wir die Straße und laufen nach links in einen ansteigenden Schotterweg. Nach 200 m endet der Anstieg. Bei km 2,6 kommen wir an eine Wegegabelung, wir laufen, auf abfallender Strecke, geradeaus in den Wald hinein. Nach 200 m beginnt die Strecke wieder anzusteigen. Bei km 2,8 kommen wir zur Verbindungsstraße Viehberg – Weiherzant, hier laufen wir, auf leicht abfallender Strecke nach rechts. Nach 200 m macht die Straße eine Rechtskurve, wir laufen gerade in den Schotterweg und nach 100 m laufen wir nach links in einen Waldweg, der am Waldrand entlang verläuft. Ab hier steigt die Strecke wieder an. Bei km 3,2 kommen wir an eine Wegekreuzung, wir laufen gerade, auf ebener Strecke, weiter. Ab km 3,5 steigt die Strecke wieder an. Bei km 3,9 erreichen wir eine Wegegabelung, wir laufen in den linken, weiterhin ansteigenden Weg. Bei km 4,3 erreichen wir, bei wieder ebenem Streckenverlauf, die AS 4, die wir überqueren. Wir laufen geradeaus weiter und folgen der Ortstraße nach links, nach ca. 80 m biegen wir rechts ab und laufen durch die Ortschaft Oberhof. Bei km 4,9 laufen wir über die B 299 und nach weiteren 100 m verlassen wir, auf abfallender Strecke, Oberhof. Bei km 5,4 kommen wir an eine Kreuzung, wir laufen nach rechts durch die Unterführung der A 6 auf kurz ansteigender und danach wieder abfallender Strecke. Bei km 5,9 kommen wir an eine Wegegabelung, wir laufen, auf nun wieder ansteigender Strecke, nach rechts. Bei km 6,7 erreichen wir die Ortschaft Hohenkernnath und überqueren geradeaus die ehemalige Bahnlinie. Nach 30 m erreichen wir eine Straßengabelung, wir laufen nach links. Nach weiteren 50 m kommen wir erneut an eine Straßengabelung, hier laufen wir nach rechts in die Schmiedgasse ein der wir auf weiter ansteigender Strecke folgen. Bei km 7,0 stoßen wir auf die Schloßstraße (AS15) die wir geradeaus überqueren und in die Erlheimer Straße einlaufen. Nach 50 m zweigt nach links der Kirchensteig ab, wir laufen auf nun abfallender Strecke, geradeaus weiter. Nach 50 m zweigt nach rechts ansteigend ein Weg ab der auf den Mehrbereichsplatz Hohenkernnath führt, wir laufen geradeaus weiter. Nach 20 m rechts abbiegen, dort erreichen wir nach 7,2 km die Wechselstation in Hohenkernnath auf dem alten Sportplatz.

11. Streckenabschnitt: Hohenkernnath - Ursensollen 4,8 km

Verantwortlich: SG Edelweiß Hohenkernnath - FF Hohenkernnath.

Wechsel: Auf dem alten Sportplatz von Hohenkernnath

Nach dem Wechsel laufen wir nach dem Verlassen des Mehrbereichsplatzes nach links. Nach ca. 50 m überqueren wir die Straße In der langen Nacht und verlassen danach Hohenkernnath. Die Teerstrasse geht in einen Schotterweg über den wir 1,4 km lang folgen. Bei km 1,5 kommen wir an die AS 4 die wir überqueren und dann nach rechts (auf der linken Straßenseite der AS 4) in Richtung Ursensollen folgen. Auf dieser Straße bleiben wir bis Ursensollen, das wir nach 2,6 km erreichen. Wir folgen parallel der Hohenburger Straße auf dem Gehweg solange, bis wir bei km 3,4, einem Grün/Orange gestrichenen Bushaltestellenhäuschen, nach links in die Straße Hohe Leite laufen. Nach 30 m kommen wir an eine Straßenkreuzung die wir geradeaus überlaufen und stoßen 50 m weiter auf die Scharfenbergerstraße. Hier laufen wir geradeaus in Richtung Dorfplatz, laufen links an der Schule vorbei über einen Steg und kommen bei km 3,7 an die Bräugasse. Hier laufen wir nach rechts und nach 50 m laufen wir nach links in die Raiffeisenstraße. Bei km 3,8 zweigt nach links die Vitusstraße ab, wir laufen geradeaus weiter. Nach 200 m kommen wir an eine Straßenkreuzung, wir laufen nach rechts und kommen nach 10 m an die Neumarkter Straße (B 299). Hier laufen wir auf dem Fußgängerweg der parallel zur Hauptstraße verläuft nach links. Bei km 4,2 laufen wir nach links in die Straße Rängberg, nach ca. 25 m laufen wir nach rechts (beim Wasserwerk, Haus-Nr. 11) in die geteerte Straße Zum Wasserwerk ein, der wir bis zum Ziel im Fußballplatz folgen.