

Regielauf, der Achte – 22 Kilometer und 400 Höhenmeter

03. September 2011

ein Bericht von Harald Kienzle



Am vergangenen Samstag den 3. September 2011 war es wieder einmal Ralf, der uns bei einem Regielauf die Schönheit unserer unmittelbaren Umgebung näher brachte.

Vom Treffpunkt Laufenmühle machten sich 10 LäuferInnen und 6 NordicwalkerInnen auf die Strecken. Für die Läufer ging es zunächst auf landschaftlich reizvollen Wegen nach Klaffenbach. Dort war vorübergehend Schluss mit der Idylle, da der Anstieg nach Ebni bevor stand. Diese knapp 200 Höhenmeter gut bewältigt ging es weiter Richtung Aichstrutsee. Nach ca. 11 Kilometern hatte Tourguide Ralf eine strategisch wichtige Getränkestelle eingerichtet. Bei den heißen Temperaturen eine willkommene Erfrischung. Weiter an den Badenden am Aichstrutsee vorbei - teilweise auf der Strecke des Limes-Marathons - erreichten wir Welzheim. Von dort ging es bergab und wieder durften wir ein wahrhaftig beschauliches Wegelein unter unsere Fusssohlen nehmen. Nach ca. 2:40 h Laufzeit warteten am Ziel bzw. Ausgangspunkt schon unsere NordicwalkerInnen, die unter der Führung von Renate eine abgewandelte Route im Wieslaufftal in 2 h bewältigten.

Ein gemütliches Zusammenstehen bei Kaffee und Kuchen beendete diesen tollen Regielauf.

Nicht beendet wird hingegen die Reihe der Regielläufe. Auf den nächsten Regielauf am 2. Oktober dürfen wir jetzt schon gespannt sein. Hierbei werden wir für den ersten Teil der geplanten Strecke die historische Dampflok benutzen, um dann mit leichtem Gefälle den zirka zweistündigen Rückweg von Welzheim nach Rudersberg zu genießen (für nähere Infos gerne beim Laufftreff nachfragen).