



Brauerschwender Basalttrail

30.09.2023 um **13 Uhr** am Sportplatz in Brauerschwender.

Gemeinsamer Lauf mit anderen begeisterten Läuferinnen und Läufern. Die Strecke verläuft meist über Feld- und Waldwege. Zu einem Teil auch auf dem Weg des Hauptlaufes des Brauerschwender Basaltlaufes.





Der Lauf bietet viele Panoramablicke und besondere Höhepunkte. Die Strecke ist ca **23 km** lang und hat knapp **450 Höhenmeter**. Wir haben auf der Tour **4 Verpflegungstationen** (km 6,5 / 10, 5 / 14,5 / 18,5) für euch eingerichtet, bei denen es **kleine Snacks** (Bananen und Müsliriegel) und **Getränke** gibt. Die Strecke ist gut markiert.

Im Ziel könnt ihr euch in den Umkleiden des Sportheims duschen und umziehen. Danach werden wir **gemeinsam** bei **Kaffee, Essen** und **Kaltgetränken** den Lauf im oder auf der Terasse des Sportheim noch ausklingen lassen.

Teilnahme gegen Spende!

Route und Profil (die Höhenmeter sind sehr unterschiedlich zwischen 385 und 497 HM – daher ca. 450 HM)

1. Brauerschwender Basalttrail 2023

 02:41  23,0 km  8,6 km/h  400 m  410 m



Seid mit dabei und meldet euch gleich an!



Zur Internetseite

