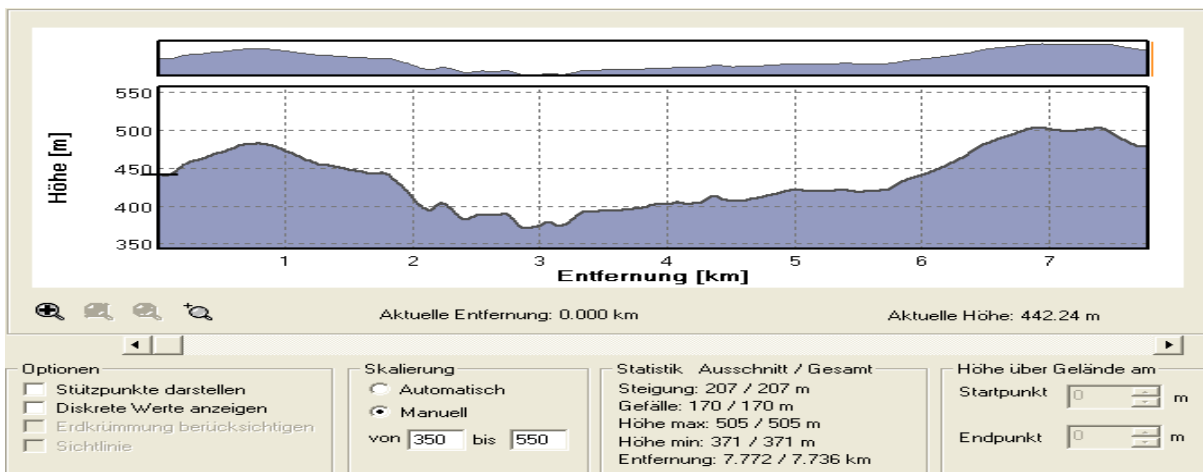
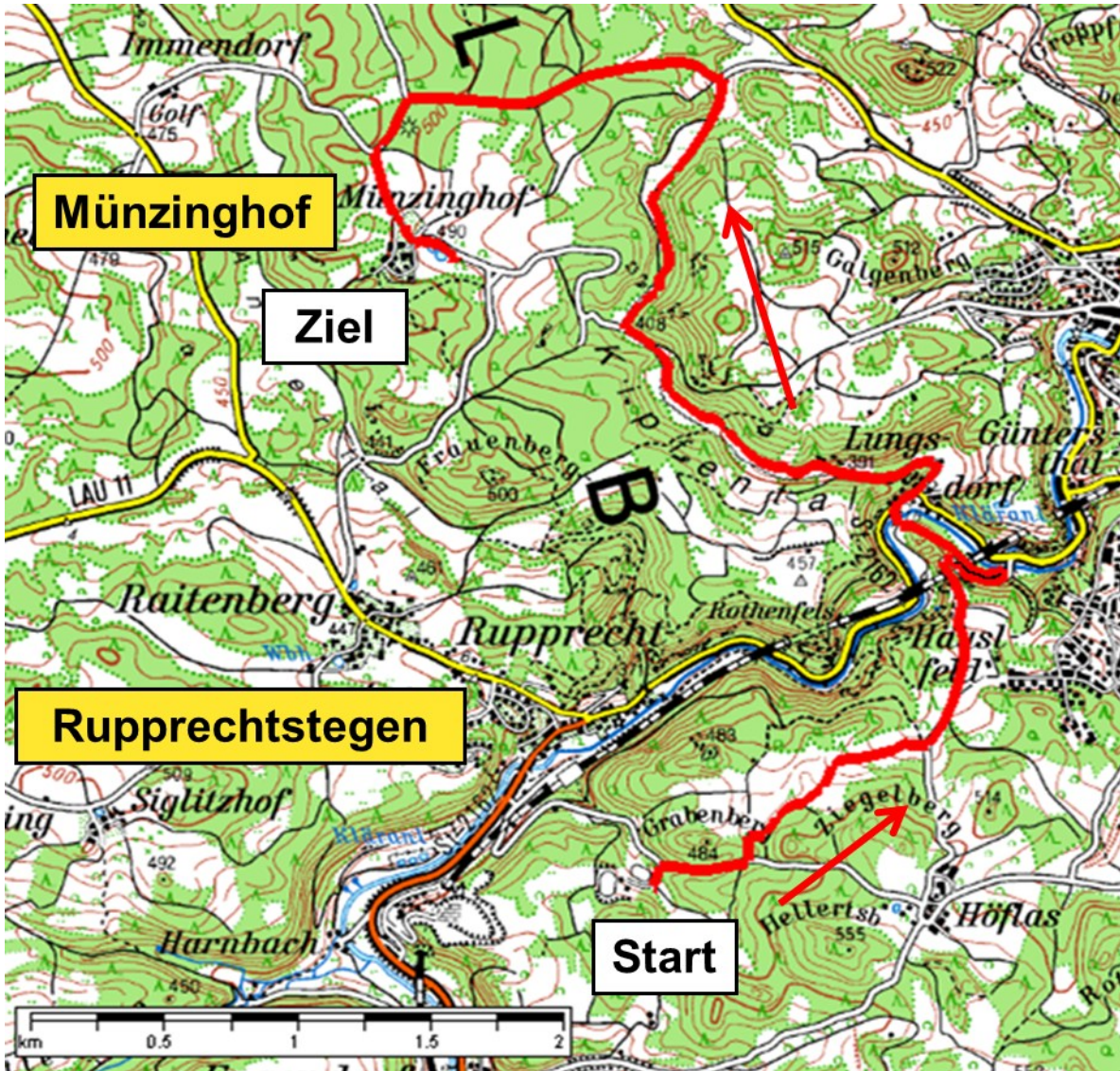




Etappe 1: Rupprechtstegen nach Münzinghof

Start um 7:00 Uhr
Zuletzt aktualisiert: 19.12.2012





Etappe 1: Rupprechtstegen nach Münzinghof Start um 7:00 Uhr



Gesamtlänge: ca. 7,8 Kilometer (schwere Etappe)
Startplatz: SC Rupprechtstegen e.V.
91235 Hartenstein, An der Waldsportanlage 2
Ziel: Die Lebensgemeinschaft e.V.
91235 Velden, Münzinghof 9

Parkmöglichkeiten: Sportplatz
Sanitäreinrichtungen: Am Start: Toiletten, Duschen
Am Ziel: Toiletten

Streckenbeschreibung:

- Wir starten auf dem Sportgelände und folgen der Zufahrtsstraße talwärts.
- Am Ende dieser Zufahrtsstraße biegen wir an der T-Kreuzung rechts ab und laufen jetzt bergauf.
- Nach 300 m zweigen wir links ab in den Wald.
- Wir folgen dem Schotterweg und biegen an der ersten Gabelung, am Waldrand, rechts ab in Richtung „Hartenstein“, Markierung „**Rot X**“.
- An der nächsten T-Kreuzung laufen wir links ab.
- Nach knapp 100 m kommen wir an eine Gabelung, halten uns dort zweimal links und folgen dem „**Grünen Kreuz**“ Richtung „Velden“.
- Wir laufen auf dem Hauptweg weiter, ohne irgendwo abzubiegen. Dieser Schotterweg geht später steil bergab ins „Pegnitztal“.
- Am Ende der Gefällstrecke biegen wir noch vor der Pegnitzbrücke in einer Spitzkehre scharf links ab und folgen dem geschotterten Weg entlang der „Pegnitz“.
- Am Ortsrand von „Lungsdorf“ überqueren wir die „Pegnitz“ über einen Holzsteg.
- In „Lungsdorf“ laufen wir nach rechts auf die geteerte Kreisstraße. Bleiben auf dieser für ca. 100 m und biegen dann an der Bushaltestelle nach links ab. Jetzt folgen wir dem „**Grün-Kreuz-Weg**“ Richtung „Velden“.
- Der anschließend geschotterte Weg führt uns für ca. 2,5 Kilometer durch das „Kipfental“.

- Ca. 400 m hinter der Ortschaft „Lungsdorf“ halten wir uns an einer Gabelung rechts und folgen jetzt dem „**Gelben Punkt**“.
- Am folgenden Abzweig laufen wir rechts weiter und nehmen den geschotterten Weg mit dem Reitverbotsschild.
- Nach ca. 900 m biegen wir scharf links ab und folgen nun dem „**Roten Punkt**“ Richtung „Geishöhle“. Dieser Abzweig befindet sich auf einer großen Waldlichtung
- Wir folgen dem geschotterten Weg bergauf immer geradeaus in Richtung „Münzinghof“ sowie „Geishöhle“.
- Am Ende des längeren Anstiegs biegen wir an einer Weggabelung, am Waldrand, nach links ab.
- Wir folgen dem Weg geradeaus bis nach „Münzinghof“, das wir nach wenigen 100 Metern erreichen.
- Dort geht es halblinks abwärts zum Ziel am unteren Ortsrand von „Münzinghof“.