



Direkt bei der Fahrverbotstafel und dem grünen Zaun wird die Startlinie sein. Es geht geradeaus.



Weiter geht's bretteleben dahin, am Fußballplatz vorbei und denn leicht nach links Richtung Transformatorhaus.



Nach einer leichten Linkskurve laufen wir rechts am Schotterweg weiter zur dahinter liegenden Baumreihe, wo auch schon die blaue Eisenbrücke über die Thaya sichtbar wird.





Hier überqueren wir die Thaya. Am Ende der Brücke geht's nach einer 90-Grad-Kurve rechts entlang der Thaya weiter.



Immer noch flach folgen wir in einem schönen Streckenstück der Thaya stromaufwärts.



Bald wird die Strecke ansteigen. An dieser Stelle geht's für die U18-Läufer links den Steig hinauf. Die Erwachsenen laufen gerade weiter.





An dieser Stelle lassen wir die Thaya rechts liegen.

Wir sind bei km 1.

Die Strecke steigt nun an.



Ein fein geschotterter Weg führt nun ansteigend zur Straße, die hier am Horizont verläuft.



Der Horizont und damit die Kreuzung ist erreicht. Gut 300 Meter geht's nun ansteigend auf der Straße zum dahinter sichtbaren Waldstück.



Wir befinden uns am Ende der Straße bei km 1,5. Das ist der Punkt, ab wo dann später auf gleicher Strecke zurückgelaufen wird. Jetzt geht's aber links am Feldweg weiter.



Der Feldweg steigt immer noch leicht an.



Fast haben wir km 2 erreicht. Wer sich Zeit nimmt, kann diesen Ausblick genießen. Allerdings nur, wenn man sich umdreht.





Km 2 ist hier erreicht. Der höchste Punkt liegt schon hinter uns – es geht leicht bergab. Da weit vorne im Feld folgt eine scharfe Rechtskurve.



Nach dieser Rechtskurve, dem südlichsten Punkt der Strecke, geht's auf Asphalt hinunter ins Tal der Thaya. Anfangs noch sanft fallend, doch bald schon geht's schärfer runter.



Nach dem großen Baum rechts des Weges biegt sich die Asphaltstraße nach links. Die Crossstrecke führt dort aber rechts in die Felder hinein.





Das ist der Punkt, wo der Asphaltweg nach rechts verlassen wird. Achtung: aus der schon fallenden Straße geht's hier nochmals steiler in die Felder hinunter.



Nun beginnt der crossigste Teil. Entlang des grünen Wiesenbandes suchen wir uns den Steig durch die Sträucher hinein.



Überholen hier definitiv nicht möglich! Vorsichtig und aufmerksam laufen. Achtung auf hereinhängende Sträucher und unebenen Boden.





Das verwachsene und noch immer leicht fallende Streckenstück wird hier verlassen. Wir sind im Thayatal angelangt.



Hier haben wir km 3 erreicht. Die Strecke ist noch ein kurzes Stück flach. Wer die Thaya sucht: sie fließt links außen.



Noch einmal wird's schmal: die Strecke steigt nun nach rechts in den Wald hinein wieder an. Wir müssen hinauf zum Kreuzungspunkt (wo wir schon mal waren).





Das endgültig letzte Stück Anstieg. Da vorne ist der Kreuzungspunkt. Wir laufen gerade darüber.



Und nun geht's autobahnmäßig wieder die 1,5 km zurück.



Vor dem Wohngebiet verlassen wir die Straße und biegen links hinunter. Die U18-Läufer sind vor einigen Minuten aus der Gegenrichtung gekommen und auch links hinuntergelaufen.





Km 4 – die letzten 800 Meter folgen. Links die Thaya, rechts die Felsen. Ein schnelles Streckenstück, einfach zu laufen.



Blick aus der Thayabrücke, die wir mit einer scharfen Linkskurve betreten haben, Richtung Ziel. Noch 600 m.



In der Mitte hinten liegen Fußballplatz, Freibad und FIT – das Ziel ist nahe. Der Weg links führt uns hin.





Am Ende des Schattens folgt Licht. Und das Ziel.



Wer jetzt noch Kräfte hat oder nicht auslaufen will, kann hier skaten...



... oder hier was trinken gehen.

Danke fürs Mitlaufen!

