

Herausforderung und Erlebnis

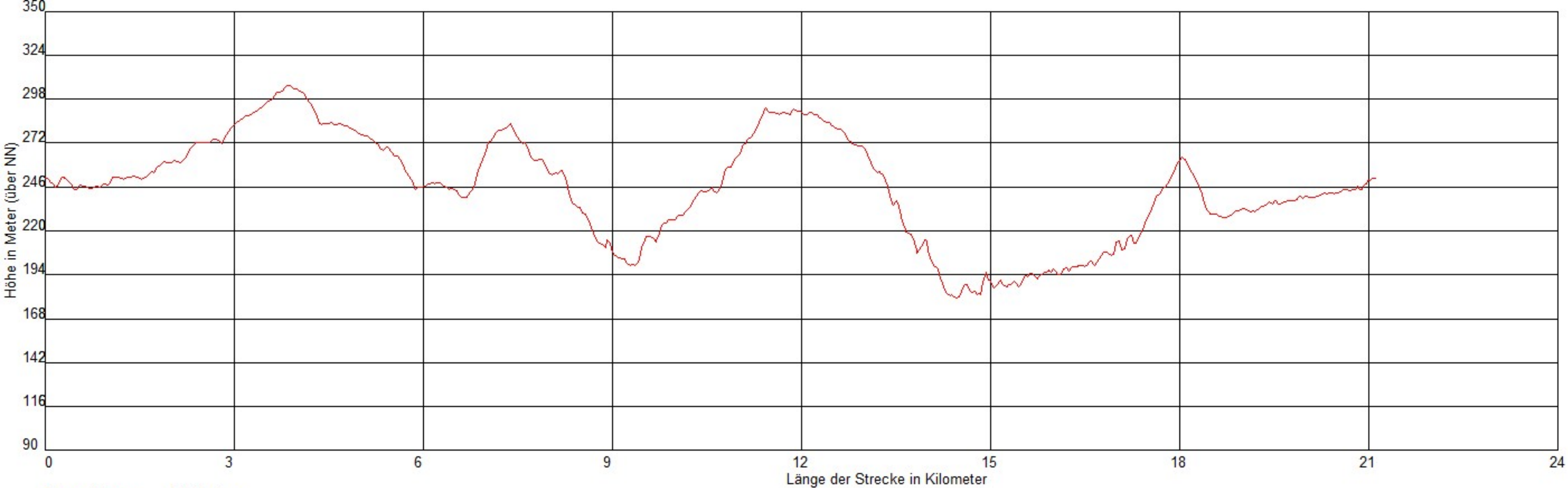
1. September 2007: 1. Buchholzer Halbmarathon im Rahmen des 9. Buchholzer Bahndammlaufes

Liebe Sport- und Naturfreunde,

der erste HM, den der Lauftreff des SV Buchholz 05 veranstaltet, wird Euch durch aufregende Landschaften in allen vier Ortsgemeinden der Verbandsgemeinde Asbach führen. Die ersten 6,5 km des HM sind identisch mit der 10 Km-Strecke, d.h. vom *Sportplatzgelände in Buchholz* aus nach *Wallau*, dann hinauf ins Waldgebiet um den *Mückensee* hinab nach *Asbach-Walgenbach*. In *Asbach* über den großen Kreisel auf den *Bahndamm in Richtung Bennau* bis zur *Abzweigung Drinhausen* (ca. 6.5 km). Hier führt die Laufstrecke hinauf nach und durch *Drinhausen* bis ans *Industriegebiet von Asbach*. Von hier geht´s wunderbar bergab durch den Ort *Thelenberg* bis ins *Pfaffenbachtal*. Vorbei am „*Haus der Natur*“ links hoch bis an die Landesstraße bei *Asbach-Strassen*. Rechts in den Ort *Hinterplag*, hier links und geradeaus über die Höhe bis *Oberetscheid / Prangenberg*. Von hier führt die Strecke wieder hinab zum *Pfaffenbach* über die *Hüingsberger Zeltwiesen-Brücke* auf den *Pfaffenbachweg*. Entlang des *Pfaffenbachs* durch herrliche Natur führt die Laufstrecke bei der *Köttinger Mühle* hinauf nach *Bennau*, durch diese Ortschaft hinab bis *Bennautal*. Hier wird die *Landesstraße (Honnefer Straße)* überquert und die letzten Kilometer lauft ihr über den *Buchholzer Bahndamm* zurück zum *Sportplatzgelände in Buchholz*.

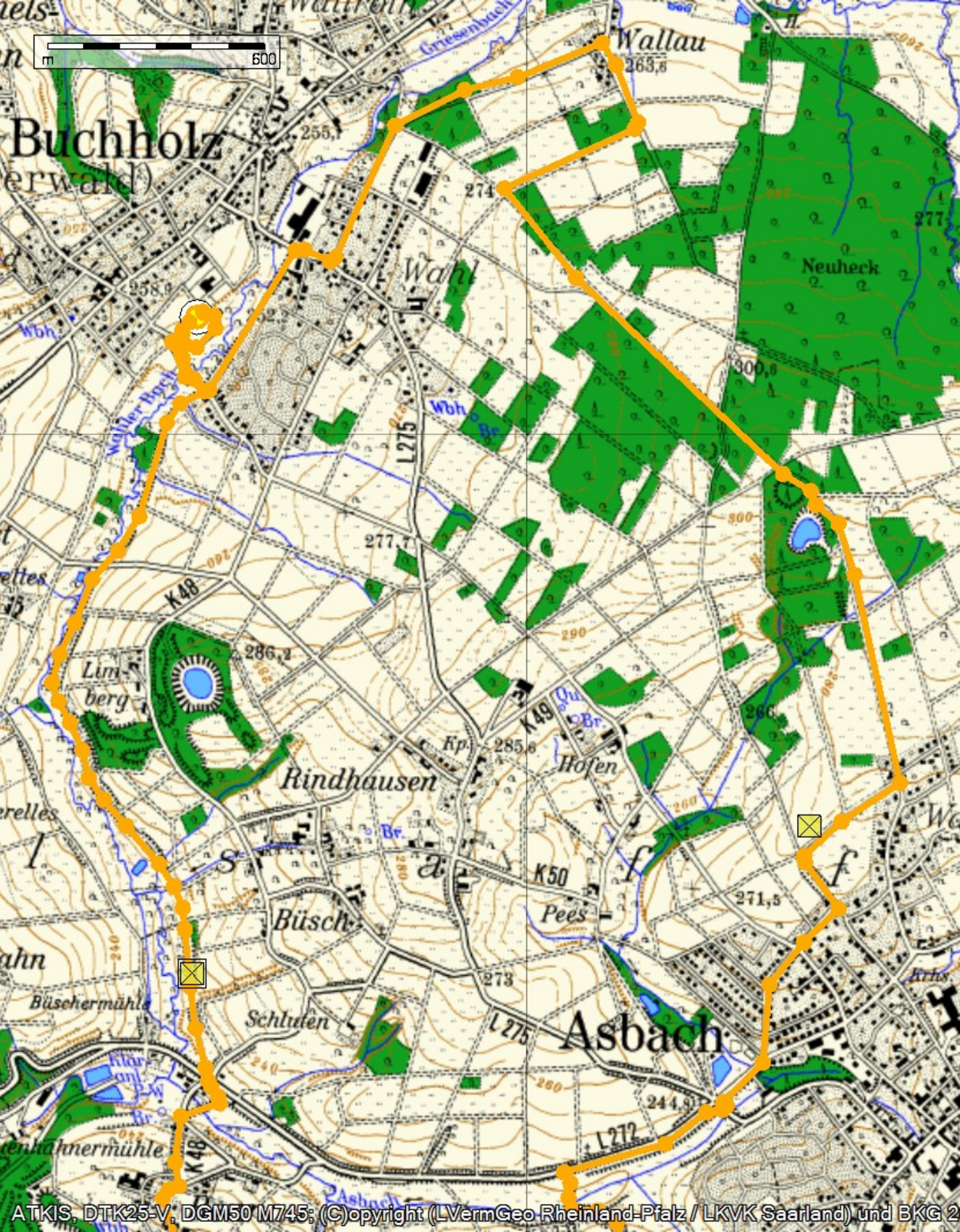
Na dann, bis zum 1.9.2007! Wir freuen uns auf Euch!

Ed. Buchholz



Gesamtlänge : 21.10 km
Minimale Höhe : 180.00 m
Maximale Höhe : 306.00 m
Minimale Steigung : 0.49 %
Maximale Steigung : 18.84 %

Minimales Gefälle : -0.52 %
Maximales Gefälle : -22.30 %
Summe Steigungen : 305.27 m
Summe Gefälle : 304.94 m



600 m

Buchholz
(erwald)

Wallau
263,8

Wahl

Neuheck

Limberg

Rindhausen

Hofen

Büsch

Pees

Schluten

Asbach



600 m

Bennau

Ashbach

Drinhausen

Köttingen

Thelenberg

X

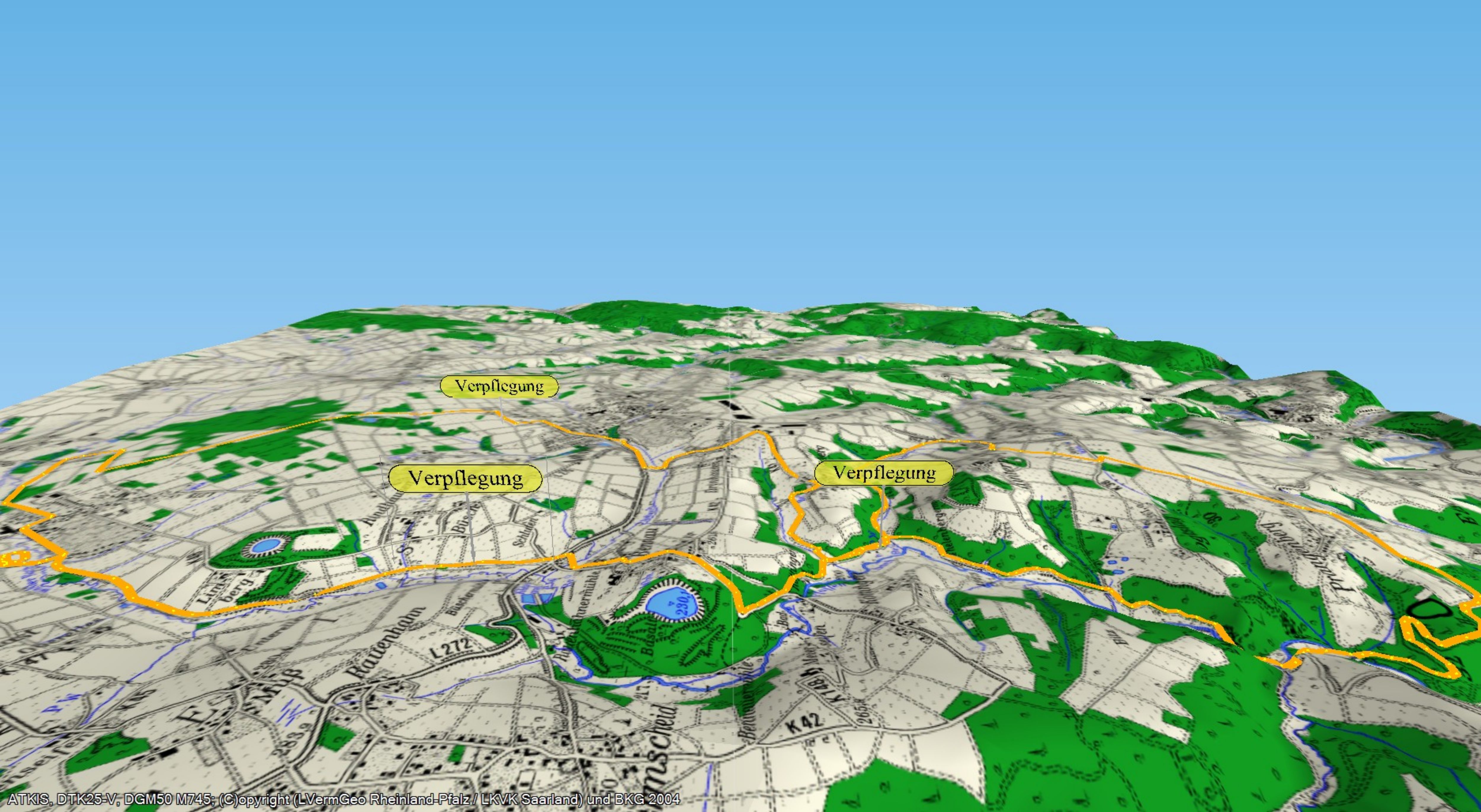
Thelenbergermühle

Hinterplag

Straßen

Vogtslag

Prangenberg



Verpflegung

Verpflegung

Verpflegung