

Schöne Laufstrecken in der Stadt und der Region Hannover – wir stellen sie vor:

## *Leinelauf*

Wasserstadt heisst ein Triathlon in Hannover-Limmer, und Hannover bietet in der Tat sehr viele Möglichkeiten, am Wasser zu laufen. Maschsee, Ihme, Leine, der Mittellandkanal und Seitenkanäle laden dazu ein. Heute geht es entlang der Leine.



*Blick zum Faust-Gelände*



*Blick auf das Wehr*

*Start und Ziel* liegen noch einmal in Linden. „nettpauli“ schlägt vor, am Ihme-Süfufer nahe dem „Faust“-Gelände die Ihme und Leine entlang bis zur Schleuse an der Wasserkunst zu laufen. Dort auf die Insel wechseln, weiter nördlich am



Limmer Freibad entlang und am Ende vom Stockhardweg nach rechts die Leine überqueren. Dem Feldweg bis zum Westschnellweg und dann einem großen Rechtsbogen folgend nach Süden wenden. Am „Bad“ entlang und weiter an der Leine bis zum Uni-Institut für Leibesübung am Lodyweg laufen, dort unter dem Schnellweg hindurch einen Abstecher zur Fössestraße.

*Besonderheit:* Viel Wasser, viel Grün, manches sieht man aus einer neuen Perspektive: von der Rückseite.

*Varianten:* Je nach Wohnort kann am Ihmeufer gegenüber der Glocksee starten und ebenfalls rund 8,8 km laufen. Oder ab Lodyweg der Leine bis zur Königsworther Straße folgen. Dann dort zum „Capitol“ laufen und wieder herunter als Flussufer.

*Untergrund:* Asphalt, Schotter, Naturwege.

*Nachteil:* Im Winterhalbjahr ist der Verkehrslärm vom Schnellweg unangenehmer als im Sommer, weil kein Laub den Lärm abschirmt.

*Länge:* Fast 8,8 km

Die Strecke ist unter

<http://www.jogmap.de/civic4/?q=node/14&track=890209&owner=nettpauli> in [www.jogmaps.de](http://www.jogmaps.de) vermessen und veröffentlicht.