

Schöne Laufstrecken in der Stadt und der Region

Hannover – wir stellen sie vor:

Tempoläufe am Bentherr Berg



Am beliebten „Benther“



Rechts ist der kleine Parkplatz

Der „Hausberg“ für viele Läuferinnen und Läufer aus Hannover bietet auch gute Möglichkeiten für Bergsprints – und zwar für Jogger wie Runner. Wir stellen eine erprobte und von Helmut handvermessene Strecke an der Northener Seite vor.

Startpunkt ist an dem kleinen Parkplatz gute 50 m nördlich des Berggasthauses „Adamos“ am Waldrand.

Zuvor etwas Warmlaufen, z.B. ab dem Parkplatz am Hotel „Benther Berg“ in Bente eine halbe Runde um den Bentherr Berg zum Start der sprints.

Die Strecke im Netz kann nicht genauer vermessen werden, weil dort das Kartenmaterial nicht präziser ist. Die Strecke sollte vorher in



Rot: Die Startlinie

Ruhe abgelaufen werden um sich mit dem Untergrund vertraut zu machen, besonders mit der Gefällestrecke am Berggasthaus.

Länge: 1.000 m

Die Strecke ist vermessen und veröffentlicht in www.runmap.de unter <http://www.runmap.net/route/467151> und in www.jogmap.de unter <http://www.runmap.net/route/387308?127244892427077>

Weitere Laufstrecken am Benter Berg:

L16 Velber – Lenthe Davenstedt

<http://www.jogmap.de/civic4/?q=node/14&track=884619&owner=bine69>

L17 Rund um den Benter Berg

<http://www.jogmap.de/civic4/?q=node/14&track=874858&owner=bine69>

Weitere Tempoläufe sind L 12, 25, 26, 27, 29, 39 und 41 (in L 35 zusammengefasst). Weitere Bergläufe sind L 12, 17, 29, 39, 40 und 41 (in L 45 zusammengefasst).