

Osterstein "Klein"



Höhenmeter bergauf
20 m



Höhenmeter bergab
20 m



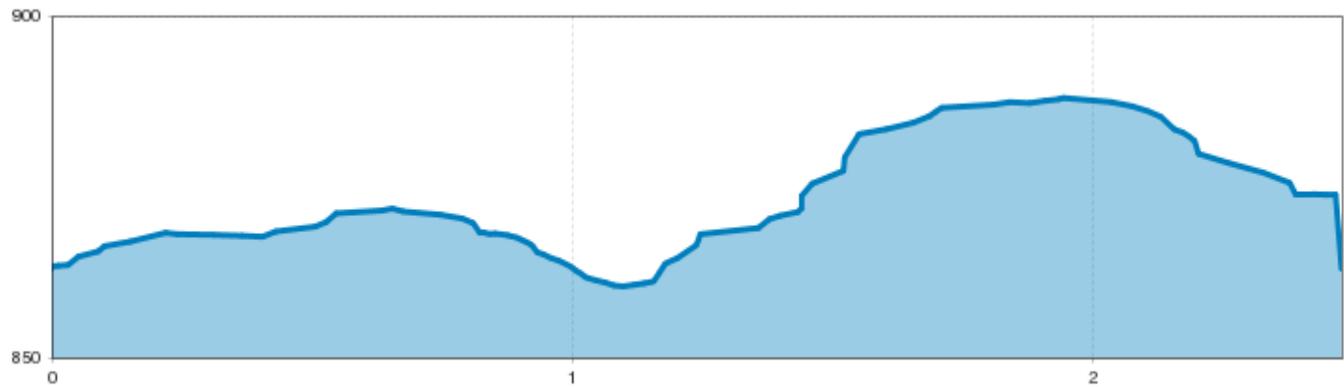
Höchster Punkt
892 m



Streckenlänge
2,3 km



Osterstein "Klein"



Information

Ausgangspunkt	Fußballplatz Arzl
Endpunkt	Fußballplatz Arzl
Untergrund	Asphalt, Waldboden

Beschreibung

Ab dem Fußballplatz in Arzl auf einer sehr gemütlichen Runde in Richtung Dorf und über den Ortsteil Osterstein und dem Diemersteig retour zum Ausgangspunkt: Teilweise in der Nacht beleuchtet.

Trainingsinfo:

Ideale Einsteigerstrecke und zum Aufwärmen. Lauf-ABC: Anfersen, Kniehebelauf (Skippings), Hopslerlauf, Seitwärts-Rückwärtslauf. Kurze Steigerungsläufe auf ebenen Stücken (50 – 100 m) möglich.

 Impressionen

