

Laufstrecke Nr. 9: Östliche Dölauer Heide



Länge: ca. 9.610 m – Belag: teilweise asphaltiert, teilweise befestigt

Beginnen Sie am Waldkater in Richtung Schießhaus mit einer 470 m langen Warmlaufstrecke.

Der eigentliche Start ist auf dem unbefestigten Waldweg neben der asphaltierten Trainingsstrecke durch einen Stein gekennzeichnet. Laufen Sie in Richtung Knollshütte. Der kleine Waldweg führt nach ca. 500 m auf den großen Hauptweg der parallel zur Waldstraße verläuft. Nach 2.000 m erreichen Sie den Parkplatz an der Gaststätte Knollshütte.

Dem Hauptweg am Waldrand folgend, befindet sich der nächste Parkplatz bei 2.740 m. Hier ist der Einstieg für den Stadtteil Dölau. Laufen Sie in Richtung ehemaligen Heidebahnhof. Vor dem Grundstück des alten Waldhauses (bei 3.100 m) biegen Sie links ab. Es erfolgt ein ca. 1.000 m langer Anstieg bis zur Höhe der Bischofswiese. Dann laufen Sie die Wolfsschlucht hinunter und stoßen auf den asphaltierten Weg, der rechts in Richtung Heidensee führt.

Kurz vor der Salzmünderstraße bei 5.500 m zweigt links ein kleiner Weg ab. Der Weg führt entlang der Gartenstadt Nietleben. Hier besteht am Parkplatz Habichtsfang die Einstiegsmöglichkeit für Sportler aus dem westlichen Halle-Neustadt und aus Nietleben. An der Gartenstadtstraße laufen Sie weiter auf dem Harzklubstieg. Vorbei an Heide-Süd erreichen Sie den Waldkater nach 8.900 m. Hier kommt der eigentliche Höhepunkt. Nun folgt der Schlussspurt auf der asphaltierten Trainingsstrecke.

Karte: <http://laufstreckenmobil.halle.de/?id=9#14/51.5008/11.9106>