

Tour 4, Hersbruck Michelsberg, Unterkrumbach, Aspertshofen, Kleedorf <https://v.bayern.de/kzLHZ>

in Verbindung mit der Karte aus dem Bayernatlas.

Dienstag, 31. August 2021

Heute sind wir bei unseren Lauffreunden des unteren Pegnitz- und Sittenbachtals zu Gast. Wie immer wollen wir eine Laufrunde zwischen 7 und 9km machen. Der erste Abschnitt eben oder bergab zum Warmlaufen, im 2. Drittel na ja, wo's runter geht, geht's auch wieder rauf. Das letzte Drittel zum lockeren Auslaufen.

Der Bushalt am Oberen Höhenweg bietet Gelegenheit, unser Auto abzustellen. Locker die Asphaltstraße Richtung Michelsberg und nach guten 200 Metern den Wanderweg scharf rechts rein Richtung Kleedorf. Wald nimmt uns auf und führt uns hin zum Wasserwerk, einem Bauwerk der Rannaleitung. Dort verlassen wir den markierten Weg und nehmen den Fahrweg bergab nach Kühnhofen, welches bald rechter Hand auftaucht.

Vorbei am Gasthaus und dann gleich die Straße links rein in den Ortskern. Einige Biegungen, kurz bergauf und dann an der Pferdekoppel rechts nach Unterkrumbach.

Wir queren die Hauptstraße und sind auch schon am letzten Gehöft.

Ein Abzweig nach rechts würde Gelegenheit geben, die Abkürzung über die Hopfengartenmühle zu nehmen wollen wir vermutlich nicht, sonst lohnt das Trikot einschwitzen ja nicht....

Also geradeaus auf den vor uns liegenden ausgedehnten Bergwald zu mit einem zwar giftigen, aber kurzen Anstieg. Keine 200 Meter und wir sind an einer Wegekreuzung.... rechts?...links?...nein, gerade aus!!! , leicht bergab und schon sind wir wieder am Waldrand.

Vor uns Aspertshofen. Die Asphaltstraße macht 2 oder drei Windungen und an der Wegekreuzung laufen wir Richtung Sittenbach.

An der Schmiede und dem Bushalt queren wir die Hauptstraße und laufen die Wohnstraße hoch. Irgendwann ginge es dann aber zackig hoch.....hier lassen wir es gut sein und laufen lieber rechts einen stets moderat ansteigenden Fahr- und Grasweg, entlang der Höhenlinie über dem Talgrund vor bis Kleedorf.

Dort ein kurzes Gefällestück auf Verbundpflaster, links, und schon sind wir auf der Ortsstraße, vorbei am Hotel und Gasthof Heberlein. Bevor es steil zum Viehberg hochgeht zweigen wir rechts ab Richtung Hersbruck.

Wir tauchen in das vor uns liegende Waldstück ein, ein Weg kommt von unten rechts zu uns dazu. Wir bleiben in unserer Richtung, nochmal ein kurzer heftiger Anstieg und....nach jedem Anstieg geht's auch wieder runter (haben wir gelernt).

Nach einer langgezogenen Biegung.....Achtung!....eine Abzweigung nach links ansteigend nicht verpassen. Ein letzter kleinerer Anstieg, wir sind an der kleinen Ansiedlung Erzgrube.

Entspannt das letzte Gefälle, die ersten Gärten und schon ist auch wieder die Großviehbergstraße mit der Bushaltestelle in Sicht.

Viel Spaß, gute Rückkehr und bleibt gesund.

Norbert