

Langwadener Runde 16 km

Start: Ecke Bahnhofstraße / Promenadenstraße (Cantina)

- zum Bahnhof
- unter der Unterführung durch
- rechts am Bahndamm entlang
- hinter AV-Markt herum
- links in die Fehlheimer Straße
- gleich wieder links durch die Bahnunterführung
- an der Weiherhaus-Sporthalle vorbei
- über die Brücke auf die Dammstraße Richtung Berliner Ring
- über Berliner Ring am Bach entlang bis zur Straße (Sonnenhof), hier links
- über die Autobahnbrücke zum Friedhof
- nach dem Friedhof nächster Weg rechts, dann links zum Reiterhof
- Feldweg folgen bis zur Ortslage Fehlheim, Schulstraße
- an der Rodauer Straße links und nächste gleich wieder rechts (Langwadener Straße)
- Weg folgen bis nach Langwaden
- am Ortseingang links hinter den Häusern auf Feldweg entlang bis Ortsende
- kurzes Stück auf der Landesstraße, dann links in den Wald (am Bach entlang)
- Bach auf der linken Seite lassen
- Waldweg geradeaus folgen bis zur Rohrheimer Straße
- Straße überqueren und auf Rad-Fußweg entlang der Straße nach Schwanheim
- in Schwanheim auf dem Bürgersteig durch die Ortschaft
- am Ortsende auf Rad-Fußweg entlang der Straße nach Bensheim
- Wechsel auf die linke Straßenseite
- über die Autobahnbrücke entlang der Schwanheimer Straße
- durch die Fußgängerunterführung, dann links zum Bahnhof
- dort wieder durch die Unterführung zum Start/Ziel

Die Strecke ist mit dem Jones-Counter vermessen. Wer genau hinsieht, erkennt die in gelber Farbe markierten Kilometer auf der Straße.

Es handelt sich um einen flachen Kurs ohne nennenswerte Steigungen.

Die Strecke ist bis auf ca. 2,5 km asphaltiert.