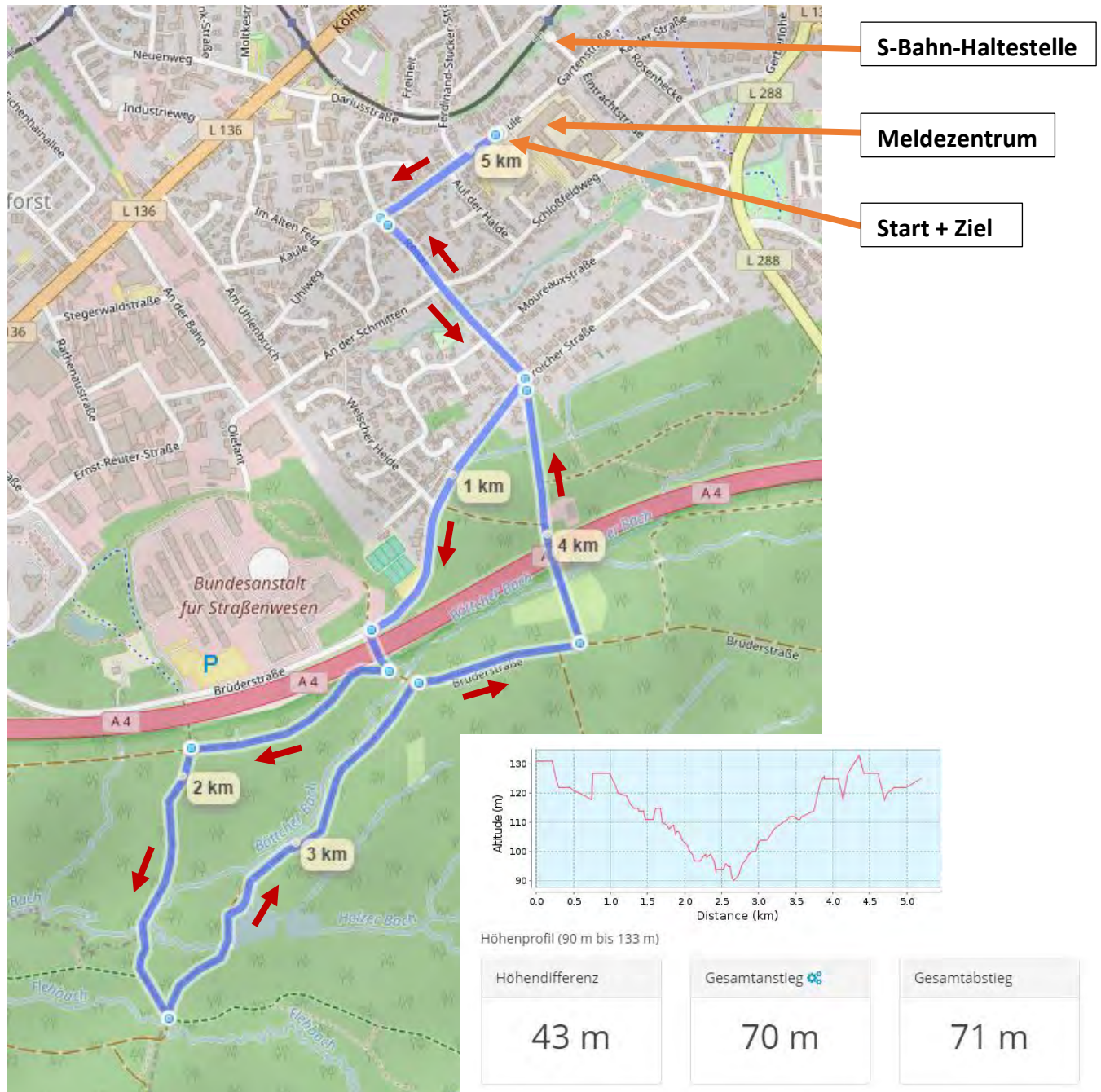


🇩🇪 Königsforst-Marathon - 5 km neuer Rundkurs 2017

D-51429 Bergisch Gladbach, Rheinisch-Bergischer Kreis, Reg.-Bez. Köln, NRW

Navi: Start-Ziel - **Albertus-Magnus-Gymnasium Bensberg**, Kaule 3-15, 51429 Bergisch Gladbach



Höhendifferenz 43 Meter (Höhe von 90 Meter bis 133 Meter)

Beschreibung der Strecke

die neue 5 km Laufstrecke des Königsforst-Marathons ist ein profilierter Rundkurs, der erst nach 1,5 km Straße in den Wald führt. Zwischen 0,8 und 2,6 km geht es bis auf ein paar Meter immer bergab. Danach geht es bis km 3,8 zum Ausgleich wieder bergan bevor der wellige Schluss-km beginnt. Es heißt also Tempo und damit Kräfte einteilen auf diesem nie langweiligen 5 km Kurs. Der Königsforst-Marathon ist einer der ältesten Landschaftsläufe Deutschlands und eignet sich bestens als Formtestlauf für ambitionierte Läufer und natürlich für Freizeit- und Genussläufer.

RUN GREEN - RUN HAPPY euer TV Refrath - running team