



Sparda-Bank

8-km-Strecke: Auf dem direkten Weg im Uhrzeigersinn um den See.

13-km-Strecke: Untere Stever, blaue Brücke, Westuferpark, an der Stadtmühle Abzweig zu den Tennisplätzen (durch die Stockwiese), zurück auf den Carl-Hohmann-Weg, obere Stever zum Heimgingshof, durch Overath zurück zum Lakeside Inn, dann weiter wie 8-km-Strecke.

18-km-Strecke: Wie 13-km-Strecke, ab Lakeside Inn nach Süden über die B58, Schleife durch die Westrufer Heide bis zum Seehof, wieder über B58, dann wie 8-km-Strecke.

Verpflegungsstände am unteren Carl-Hohmann-Weg (Nähe Stockwieser Damm) und in der Westrufer Heide (Nähe Flaesheimer Damm).