

# Rund ums Reeser Meer - 9,7 Km



B 8

Haffener Str.

Anfang + Ende

Alt Sonsfeld

Bellinghover Str.

Hommenstr.

Blumenstr.

Wilhelmstr.

Loirstr.

Bergswick

1

9

8

7

2

3

5

6

4

> FREIE SKIZZE <



Liebe Läuferinnen und Läufer,  
anbei eine Wegekarte in Skizzenform.  
Hier ist unsere „Hausstrecke“ rund um das Reeser Meer dargestellt.

>Das Ganze ohne Maßstab und Windrose ! <

Die Wege sind Asphaltiert, Gepflastert oder bestehen aus fester Asche.  
Weitere Wege und Abzweige sind lediglich gestrichelt dargestellt.

Rund ums Reeser Meer 9,7 Km

Als Nullpunkt für diese Runde gilt die Durchfahrtsperre / Tor am Wendehammer der Haffener Str. Auch Treffpunkt „Steiger“ oder „Ponton“ genannt.  
Von hier aus läuft man auf dem Ascheweg rechts herum los. Der *KM-1* befindet sich kurz vor dem Hügel auf einem Zaunpfahl. Hinter dem Hügel rechts abbiegen und am Warsmannshof vorbei bis zur Straße Bergswick. Hier scharf links abbiegen (Fahrradweg) es folgt direkt der *KM-2*.  
Es folgt eine längere landwirtschaftlich reizvolle Strecke mit den *KM-3* und *4*, entlang des Reeser Meeres mit saftigen Wiesen und fruchtbaren Äckern.  
Nach dem *Km 4* an einem Wegekreuz links abbiegen und am nächsten Bauernhof findet sich der *KM-5*. Mit einer rechts Biegung geht es weiter und an der folgenden Möglichkeit wird wiederum links abgebogen. Es folgt der *KM-6* und eine links rechts Kombination. Hier beginnt wieder ein Ascheweg. In der nächsten links rechts Kombination findet sich der *KM-7* an einem Zaunpfahl. Es folgt eine weitere links rechts Kombination und ein Teilstück Asphalt.  
Hier in „Alt Sonsfeld“ biegt man wieder links ab in den Fuß / Radweg und nach einigen Metern kommt der *KM-8* an einem Weidetor. Weiter in den Wiesen findet sich noch die letzte Markierung der *KM-9* ebenfalls ein Zaunpfahl.  
Die Tour endet denn am eingangs erwähnten Ponton / Durchfahrtsperre.

Diese Strecke eignet sich auch besonders zur Bestimmung des persönlichen Fitnesslevels, Stichwort „Referenzrunde“.

Dabei wird dieser Kurs einfach mit einem möglichst konstanten Puls von HF 130 umrundet. Daraus ergibt sich eine Zeit „ x y “ Minuten.

Wer dieses einige male im Jahr durchführt kann gute Rückschlüsse auf seinen Trainings oder Gesundheitszustand ziehen.