

Die Strecke: Es handelt sich um einen Rundkurs mit Rundenlängen von 7.188 Metern (vermessen am 06.06.2022 mit Messrad Geotec M10 mit Umdrehungszähler Typ Hengstler 225). Dieser Rundkurs ist 6 Mal (für Halbmarathon 3 Mal) zu durchlaufen und enthält ca. 90 Höhenmeter pro Runde. Etwa 2,5 Kilometer sind befestigte sehr verkehrsarme Straße, der überwiegende Teil der Strecke ist Waldboden.

Gestartet wird am Parkplatz in Richtung Bassental und zwar an der großen Hinweistafel und dem Schild, welches ein Durchfahrtsverbot für Autos und Motorräder anzeigt. Von dort geht es durch ein Waldstück zunächst leicht bergauf. Oben angekommen schwenkt der Weg erst nach rechts und stößt dann bei ca. KM 1,3 an die Landstraße 235. Hier links abbiegen, auf dem Bürgersteig diesseits bleiben und in den Ort Wulmstorf hinein laufen. Bei KM 1,5 erreicht man linker Hand den Dorfteich an einer Bushaltestelle. Noch weiter der Strasse folgend an der Ampel vorbei und dann links in die Strasse "Zur Forst" mit dem gelben Schild "Jungfrauenweg" (etwa bei KM 1,65). Diese Strasse Zur Forst wird immer geradeaus gelaufen. Bei KM 3 kommt man an eine Kreuzung, an der man sich links hält und in den Jungfrauenweg einbiegt. Diesem folgt man immer weiter und lässt die Grundstückseinfahrten links wie rechts unbeeindruckt liegen.

Irgendwann wechselt der Untergrund von Asphalt in befestigten Waldweg und es geht weiter geradeaus.

Bei ca. KM 4,1 geht es links ab und den Berg hinab durch den Wald. Man nimmt dann die ZWEITE Abbiegung links. Die erste und die zweite Abbiegung nach links sind dicht beieinander ungefähr bei KM 4,6.

Hier geht es wieder bergauf, bis man hinter der KM 5 das Ende dieses Weges und die Panzerringstraße erreicht, an der man erst links und vor der Schranke dann sofort wieder rechts in den Wald abbiegt.

Dieser Waldweg geht gut 1,5 km immer leicht bergab und schwenkt am Ende leicht nach links, wo man auf eine bunte Schranke zuläuft. Hinter der Schranke biegt man rechts auf die Panzerringstrasse ab, die man aber nach ca. 150 Metern wieder nach links verlässt. Hier liegen links zwei große Steine am Weg. Dem Weg ist dann sofort nach rechts abbiegend zu folgen, wo dieser nach ca. 400 Metern wieder zum Start/Ziel führt.