



### 7. Bergfried Lauf am 18.06.2017 in Vlatten

 Streckenprofil des 10 km-Laufs. Start ist um 17.00 Uhr am Sportplatz in Vlatten. Anmeldungen und Fragen zu allen Strecken werden ab sofort unter [laufen@sgnordeifel.de](mailto:laufen@sgnordeifel.de) angenommen.

 Läuferinnen und Läufer jeden Alters kommen wieder voll auf ihre Kosten, denn für jeden Lauftyp ist die richtige Strecke dabei: Vom 5 KM-Lauf bis hin zum Hauptlauf über 10 KM, der die Läuferinnen und Läufer bis in den Nachbarort Hergarten und wieder zurück führt. Für die Walking-Freunde wird wieder eine Walking-Strecke über 5 KM angeboten. Start und Ziel für alle Läufe ist die Sportanlage in Vlatten, Merodestraße.

1./6. Streckabschnitt (ca. 440 m)

Vom Sportplatz aus geht es in Richtung Osten die alte Burgstraße entlang, bevor man dann nach Süden abbiegt und

-  2. Streckenabschnitt (ca. 2,4 km)  
Vom Sportplatz aus geht es bergan auf die Höhen zu den Windrädern. Von dort aus geht es wieder bergab bis zum Tal des Vlattener Baches.
-  2./4. Streckenabschnitt (ca. 2 km)  
Dies ist der landschaftlich schönste Streckenabschnitt und führt durch das Tal des Vlattener Baches bis nach Hergarten. Die Strecke ist teilweise geteert und teilweise handelt es sich um einen Grasweg. Diese Strecke wird auf dem Hin- und Rückweg gelaufen.
-  3. Streckenabschnitt (ca. 830 m)  
In Hergarten angekommen geht es eine Runde um den Hergartener Sportplatz herum. Auch dieser Teil der Strecke ist z.T. geteert und z.T. geschottert bzw. ein Grasweg. Danach verläßt man Hergarten wieder auf dem gleichen Weg, wie man gekommen ist und kehrt durch das Tal des Vlattener Baches wieder zurück nach Vlaten.
-  5. Streckenabschnitt (ca. 1,89 km)  
Nachdem man das Vlattener Bachtal wieder durchlaufen hat kommt man wieder an die Weggabelung zurück, wo man auf dem Hinweg von den Windrädern hinunterkam. Nun biegt man aber links ab und läuft weiter entlang des Baches bis nach Vlaten hinein. Dann weiter auf der Sankt-Michael-Straße und biegt rechts in den Burgweg ein. Diesen läuft man komplett durch, bis man wieder an die Weggabelung kommt, wo man beim ersten Streckenabschnitt abgebogen ist. Links geht es dann auf den Zieleinlauf Richtung Sportplatz.