

Ferienlauf um die Wahnbachtalsperre

14 LäuferInnen trafen sich am Sonntagmorgen (21.07.) in Siegelssknippen, um eine Traumrunde um die Wahnbachtalsperre zu unternehmen. Erst liefen sie über Gut Umschoß zur Staumauer, überquerten hier die WBT, um dann auf der anderen Seite hoch nach Happerschoß zu laufen. Nach einer kleinen – nicht geplanten Ortsbesichtigung – fanden sie schnell wieder auf den Originalweg. Auf naturbelassenen Wegen wurde die herrliche Natur rund um die Wahnbachtalsperre genossen. An vielen Stellen boten sich weite Blicke auf die Talsperre.

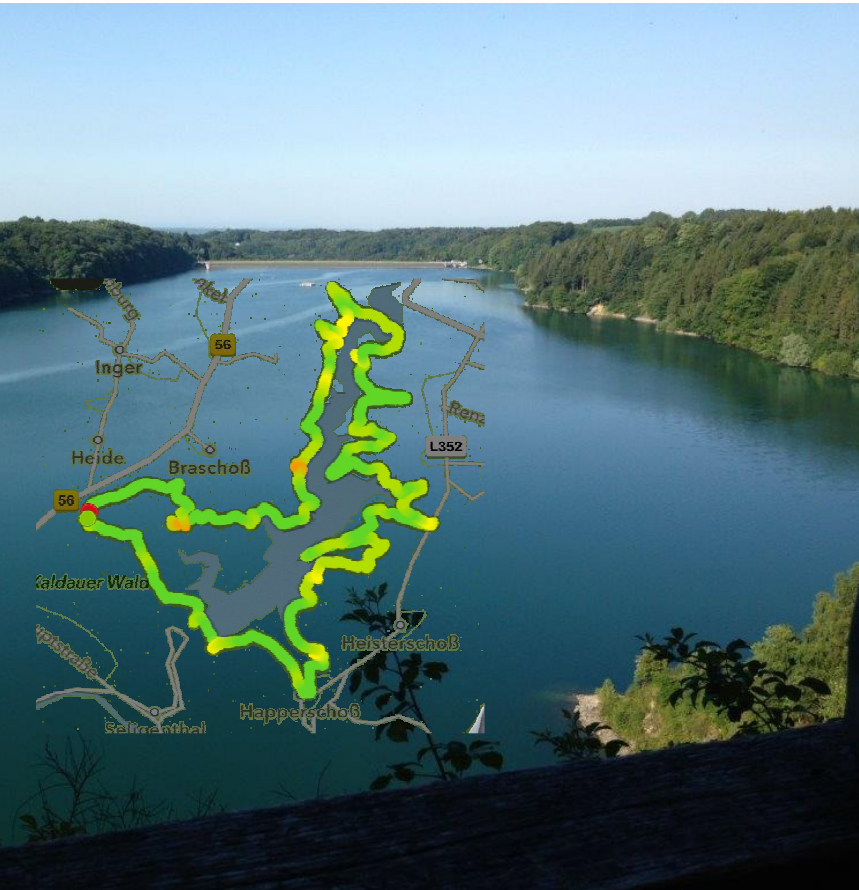
Natürlich gab es auch einen Abstecher zum Superaussichtspunkt in Pinn. Weiter ging es auf

abenteuerlichen, teils schmalen und vielfach historische Wanderpfade bergab und bergan. Immer ein Auge auf die Markierung mit den roten Zeichen Erlebniswege Sieg. Kleine „Verläufer“ waren eingeplant, brachten die Truppe aber immer wieder zusammen. Nach rund 3 Stunden waren die meisten dann wieder am Parkplatz angekommen.

Einige waren schon zuvor abgebogen, da sie von Hennef aus gekommen waren, drei hatten schon nach der Hälfte das Tempo rausgenommen und waren ruhiger gelaufen.

Der Garmin wies ca. 28 km mit 600 Höhenmetern und eine Durchschnittsgeschwindigkeit von 6:30 min/km aus.

Einhellige Meinung, das war wie Urlaub und sollte wiederholt werden. Wird es auch und zwar am 18. August von Herchen nach Eitorf über den Original-Natursteig. Weitere Infos diesbezüglich folgen.



Auf dem Foto v.l. Stephanie, Gisele, Jörg, Ulrike, Marion, Norbert, Birgit, Martin, Achim, Klaus, Thorsten und Frank. Marlen machte die Fotos, Olaf stieß erst bei Gut Umschoß dazu.

Nachtrag: Beim heutigen gemeinsamen Dienstagstraining kam der Vorschlag, ob man die WBT-Runde nicht auch gut als Trainingsrunde für den am 10. November stattfindenden Platinman nutzen kann. Dafür sollte man sie aber kennen und das geht am besten zur jetzigen Jahreszeit. Darum von mir das Angebot, am Donnerstag, den 15.8. um 17 Uhr ab dem Wanderparkplatz bei Franzhäuschen

(B 56 Richtung Much, beim Restaurant Franzhäuschen nach rechts in den Wald, nach ca. 400 m gibt es Parkplätze) die Runde in einer Gruppe gemeinsam abzulaufen. Das bedeutet, wir bleiben zusammen und warten auch auf jeden, der mal eine Pause braucht. Dauer so etwa 4 Stunden. Also **kein** Wettrennen, sondern eher eine Lauf-Wanderung!

Wer mitkommen will, meldet sich bitte bis zum 13. August bei mir (lennartz@marathon-und-mehr.de)