

Streckenbeschreibung ausführlich

Eine unserer Lieblingslaufstrecken im Fürther Stadtwald reizt ganzjährig durch ein paar „Höhepunkte“, sowohl landschaftlicher als auch sportlicher Natur. Ursprünglich als Hügeltrainingsrunde angelegt, nehmen wir mittlerweile v.a die Anstiege mit, die sich nicht vermeiden lassen bzw. welche sich auch wirklich lohnen. So geht es zwar relativ bald, nach der Bahntrasse am Ortsrand von Weiherhof, stetig aber gemäßigt bergan. Bereits nach einem guten Kilometer überqueren wir den Wachendorfer Weg und laufen weiter Richtung Rennweg. Wir biegen links ab und genießen das leichte Gefälle. An einer Wegkreuzung mit vier weiteren Verlaufsmöglichkeiten wenden wir uns Richtung Fürther Rotwildgehege nach rechts und überwinden einen kleinen Anstieg, von dessen Plateau aus wir uns links halten und den Schuttberg erklimmen. Nach dem Motto „Wenn wir uns schon hier hochkämpfen, dann wollen wir auch was davon haben“ legen wir oben eine kurze Pause ein und lassen den Blick schweifen. Und das lohnt sich. Über den Baumwipfeln des Fürther Stadtwaldes bietet sich uns ein herrlicher Rundblick über den Rangau. Hier lohnt es sich, die Kamera dabeizuhaben. Vom Fuße des Schuttberges wenden wir uns nach links und laufen relativ steil bergab, vorbei am Rotwildgehege, meist unser zweiter Fotostopp. Vom Platzhirsch bis zum Kalb hatten wir bereits alles vor der Linse. Unten angekommen geht es nun wunderbar flach die Sperberstraße entlang in Richtung Oberfürberg. Den Grünen Felsenkeller lassen wir rechts liegen, zumal wir selten zur richtigen Zeit vorbeikommen, geschweige denn vorher ans nötige Kleingeld denken. Beim Waldkindergarten „Moggerla“ am Ortsende von Oberfürberg biegen wir rechts ab und kurz darauf noch einmal rechts auf den Rennweg Richtung Wachendorf. Freunde sich ziehender Anstiege kommen jetzt auf ihre Kosten, die nächsten ca. 700 Meter führen immer leicht bergauf. Bei Kilometer 7 befinden wir uns auf einem Zwischenplateau, von welchem aus wir uns für den kurzen Anstieg scharf links hinauf zur Rasthütte beim Cadolzburger Blick entscheiden. Wer clever ist, deponiert hier vor dem Lauf ein bisschen Verpflegung. Der nächste Kilometer fliegt nur so dahin und bei der Stadtförsterei überqueren wir die Heilstättenstraße. Über ein paar sanfte Buckel windet sich der Weg durch den Wald und läuft sich wie von selbst. Einmal rechts, links und wieder rechts abgebogen gelangen wir schließlich auf die Straße „Beim Haderlach“ beim Weiherhofer Bahnhof. Wir halten uns hinterhalb der Gleise auf dem „Heideweg“, der uns letztlich wieder in den Wald führt. Bei „unserem“ gelben Streckenpfosten biegen wir links ab, überqueren die Bahnstrecke und das angrenzende Waldstück, an dessen Ende wir uns nach rechts wenden und dem Weg bis zurück zur Banderbacher Straße folgen. Nach knapp 11 km stehen wir wieder auf dem Parkplatz des SV Weiherhof mit vielen schönen Eindrücken im Gepäck und dem guten Gefühl, uns auch ein bisschen angestrengt zu haben.