



## Deutsche Meisterschaften 2004: 50 km von Wernigerode nach Nordhausen

Die Streckenführung der 50 km, über die im Jahr 2004 die Deutschen Ultramarathonmeisterschaften im Cross- und Landschaftslauf ausgetragen werden, wird bis auf geringfügige Änderungen der traditionellen, 51 km langen Hauptstrecke der Harzquerung entsprechen.

Diese 51 km lange Hauptstrecke der Harzquerung beginnt im Norden des Harzes. Start ist dabei in jedem Jahr zur gleichen Zeit, nämlich um 8.30 Uhr am letzten Samstag des Aprils in der Salzbergstraße am Stadtrand von Wernigerode. Ziel des Laufes ist Nordhausen im Südhaz.

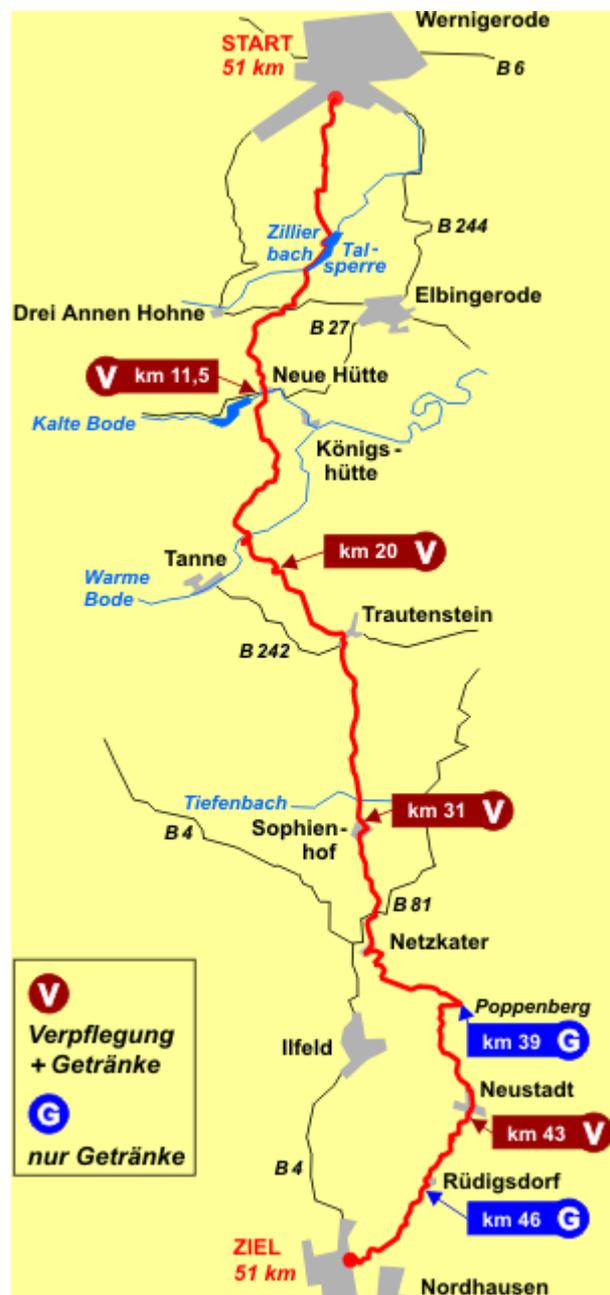
Der Lauf führt größtenteils über schmale Forst- und Wanderwege. Breite befahrbare Wege werden, so gut es eben geht, vermieden. Ausgebaute Straßen werden nur gekreuzt oder insofern benutzt, als es die Durchquerung von Ortschaften erfordert.

Das Anliegen des Laufes geht dabei über den rein sportlichen Aspekt hinaus. Bei der Auswahl der Strecke wurde stets versucht, den Harz in seiner landschaftlichen Ursprünglichkeit zu zeigen und den Läufer die vielfältigen Facetten der Natur entdecken zu lassen.

Entlang der 51 km findet man die Fichtenforste des Nordharzes, unterbrochen von den Flusstälern der Warmen und Kalten Bode, genauso wie die typischen Buchenhochwälder und die weiten Hügel des Südhazes. Je nach Fortschreiten des Frühlings zeigt sich die Landschaft dabei von Jahr zu Jahr in einem anderen Gesicht.

Die abwechslungsreiche Streckenführung ist durch den Veranstalter eindeutig markiert. Wichtigste Hinweise geben dabei an Kreuzungen oder Abzweigen die charakteristischen roten Pfeile mit dem Symbol der Harzquerung.

Zusätzlich sind häufig am Boden Kreidepfeile angebracht, die zwischendurch



Entlang der 51 km sind in Abständen von jeweils etwa

die korrekte Strecke bezeichnen. Farbige Bänder dienen als Hinweis auf entfernte Streckenmarkierungen und werden an Gabelungen in Zweifelsfällen zum Absperren von Wegen benutzt.

zehn Kilometern insgesamt vier Verpflegungspunkte aufgebaut, an denen es Brot, Obst, Süßes, sowie warme und kalte Getränke gibt.

Zusätzlich sind am höchsten Punkt auf dem Poppenberg sowie hinter Rüdigsdorf, wenige Kilometer vor dem Ziel, Getränke erhältlich.



Das Ziel in Nordhausen befindet sich im Albert-Kuntz-Stadion nahe des nördlichen Ortseingangs. Auch hier gibt es Verpflegung und Getränke. In den Einrichtungen des Stadions kann geduscht werden. Zielschluss ist um 16.00 Uhr.

Vom Organisationsbüro in der Turnhalle "Unter den Zindeln" in Wernigerode zum Ziel in Nordhausen ist ein kostenloser Transport des Gepäcks eingerichtet. Dazu ist das Gepäck in Wernigerode mit einem bereitgestellten Gepäckanhänger zu versehen und am entsprechenden Fahrzeug abzugeben.

Vom Ziel aus wird durch den Veranstalter ein Bustransport zurück nach Wernigerode organisiert. Diese [Rückfahrt mit dem Bus](#) ist bei der [Meldung](#) im Voraus zu bestellen und gleichzeitig der Preis von 6 EUR zu begleichen.

Zur Deutschen Meisterschaft über die Distanz von 50 km erfolgt die **Wertung** im Jahr 2004 für Männer und Frauen nach **Altersklassen ab 18 Jahre bis W/M70** gemäß den Richtlinien der DUV. Im Ziel erhalten die Sieger und Platzierten der Altersklassen **Pokale bzw. Sachpreise**. Für die Gesamtsieger der Frauen und Männer über die 50 km gibt es **Wanderpokale**.

**Zum Schluss die gültigen Streckenrekorde über 51 km :**

Frauen: 4:00:53 h (Birgit Lennartz, St Augustin, 1994)

Männer: 3:23:47 h (Karsten Sörensen, LG Nord Berlin, 1996)

[zurück nach oben...](#)

© 2003 by Till Riemann [email](mailto:email)



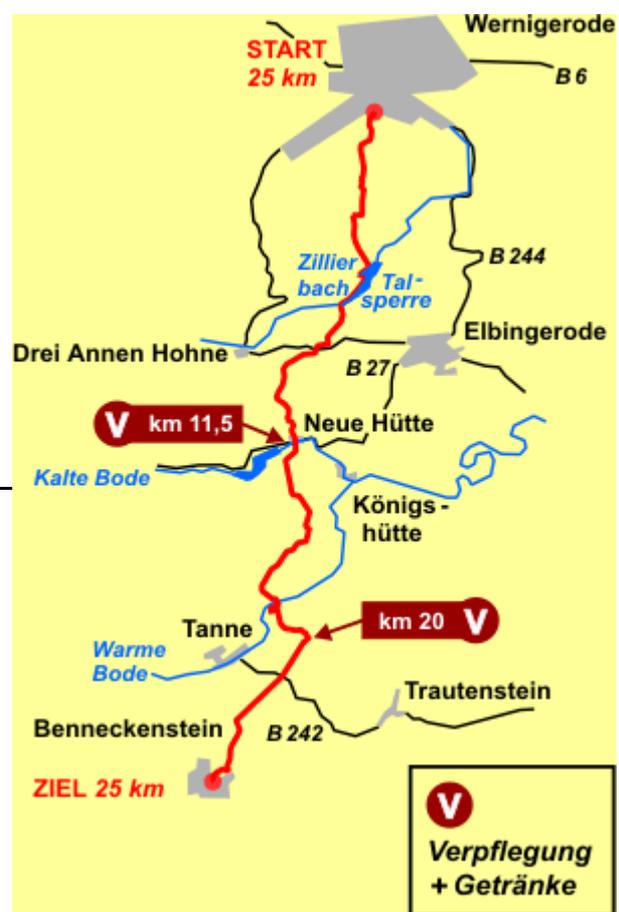
## Die 25 km von Wernigerode nach Benneckenstein

Der Verlauf der 25 km langen Laufstrecke begleitet über lange Zeit die 51 km lange Hauptstrecke der Harzquerung. Der Start erfolgt gleichzeitig um 8.30 Uhr in der Salzbergstraße in Wernigerode.

Nach 20 km gemeinsamer Streckenführung trennen sich die Wege und die Laufstrecke der 25 km wendet sich auf der "Lange" in Richtung Südwesten. Ziel des Laufes ist der Gondelteich in Benneckenstein.

Die Markierungsweise beider Strecken ist identisch und besteht aus den charakteristischen roten Pfeilen mit dem Symbol der Harzquerung, Kreidepfeilen am Boden sowie farbigen Bändern als zusätzlichem Orientierungshinweis.

Entlang der 25 km sind in Abständen von jeweils etwa zehn Kilometern zwei Verpflegungspunkte aufgebaut, an denen es Brot, Obst, Süßes, sowie warme und kalte Getränke gibt. Aufpassen: Der Abzweig von der 51 km-Strecke befindet sich am zweiten Verpflegungspunkt.



Vom Organisationsbüro in der Turnhalle "Unter den Zindeln" in Wernigerode zum Ziel in Benneckenstein ist ein kostenloser Transport des Gepäcks eingerichtet. Dazu ist das Gepäck in Wernigerode mit einem bereitgestellten Gepäckanhänger zu versehen und am entsprechenden Fahrzeug abzugeben.

Zielschluss ist um 12.30 Uhr. Nahe des Ziels kann in der Turnhalle geduscht werden. Bitte beachten: Vom Ziel in Benneckenstein wird durch den Veranstalter kein Rücktransport organisiert. Hier bietet es sich jedoch an, gemächlich mit der Harzquerbahn nach Wernigerode zurückzureisen.

Die Wertung erfolgt als Gesamtwertung getrennt für Frauen und Männer. Im Ziel gibt es Präsente und Urkunden für die Erstplatzierten.

Nähere Informationen zur Anmeldung und zum Startgeld gibt es [hier](#).