

## 18. Landkreislaf Nürnberger Land

am 29. April 2017

Kurzübersicht über die Etappen

- 1. Etappe:** Oedenberg nach Rückersdorf (Nordic Walking)  
**Gesamtlänge:** 6,6 km **Startzeit:** 07:00 Uhr  
**Steigung/Gefälle:** 59m / 131m **Schwierigkeitsgrad:** leicht
- 2. Etappe:** Rückersdorf nach Schwaig (Nordic Walking)  
**Gesamtlänge:** 5,7 km **Startzeit:** 08:15 Uhr  
**Steigung/Gefälle:** 14m / 32m **Schwierigkeitsgrad:** leicht
- 3. Etappe:** Schwaig nach Röthenbach  
**Gesamtlänge:** 4,0 km **Startzeit:** 09:15 Uhr  
**Steigung/Gefälle:** 53m / 30m **Schwierigkeitsgrad:** mittel
- 4. Etappe:** Röthenbach nach Lauf (Nordic Walking)  
**Gesamtlänge:** 4,0 km **Startzeit:** 10:30 Uhr  
**Steigung/Gefälle:** 19m / 33m **Schwierigkeitsgrad:** leicht
- 5. Etappe:** Lauf nach Diepersdorf  
**Gesamtlänge:** 8,0 km **Startzeit:** 11:15 Uhr  
**Steigung/Gefälle:** 89m / 36m **Schwierigkeitsgrad:** schwer
- 6. Etappe:** Diepersdorf nach Leinburg (Nordic Walking)  
**Gesamtlänge:** 5,2 km **Startzeit:** 12:30 Uhr  
**Steigung/Gefälle:** 39m / 51m **Schwierigkeitsgrad:** leicht
- 7. Etappe:** Leinburg nach Weißenbrunn  
**Gesamtlänge:** 6,4 km **Startzeit:** 13:30 Uhr  
**Steigung/Gefälle:** 77m / 23m **Schwierigkeitsgrad:** mittel
- 8. Etappe:** Weißenbrunn nach Offenhausen  
**Gesamtlänge:** 6,5 km **Startzeit:** 14:30 Uhr  
**Steigung/Gefälle:** 164m / 180m **Schwierigkeitsgrad:** sehr schwer
- 9. Etappe:** Offenhausen nach Breitenbrunn  
**Gesamtlänge:** 3,2 km **Startzeit:** 15:30 Uhr  
**Steigung/Gefälle:** 83m / 32m **Schwierigkeitsgrad:** mittel
- 10. Etappe:** Breitenbrunn nach Kucha (Nordic Walking)  
**Gesamtlänge:** 3,6 km **Startzeit:** 16:00 Uhr  
**Steigung/Gefälle:** 47m / 64m **Schwierigkeitsgrad:** leicht