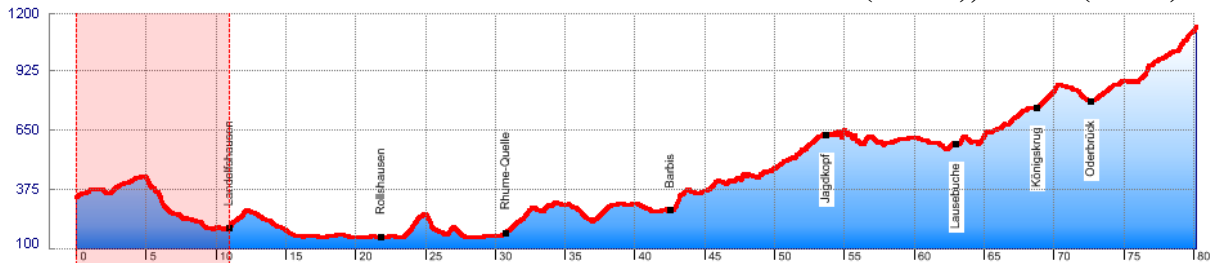




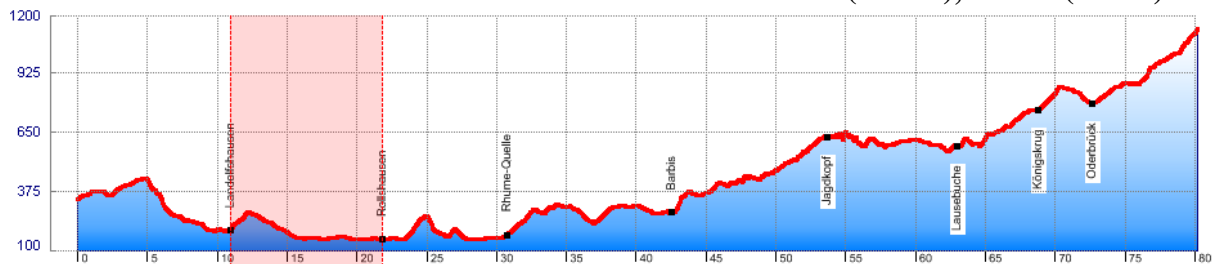
Beschreibung der Teilstrecken von Verpflegungsstelle zu Verpflegungsstelle:

- 1: Start Hainholzhof (340m, 0 km) → Landolfshausen (195m, 10.9 km)**
10.9 km **+125m ($\Sigma+125$), -270m ($\Sigma-270$)**



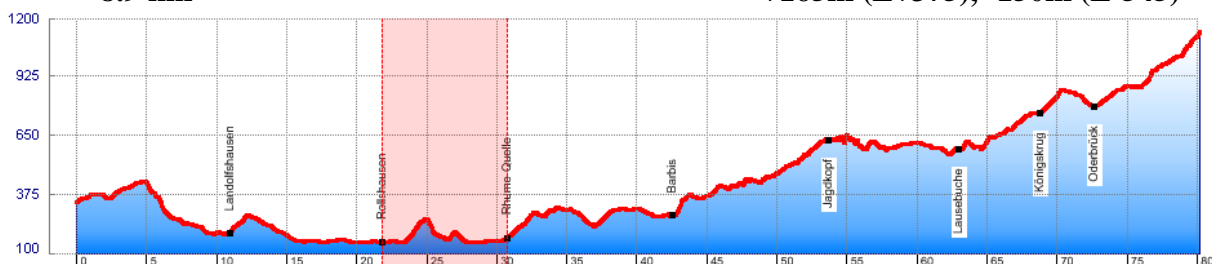
Der Start erfolgt um 6 Uhr. Im Dunkeln geht es durch den Göttinger Stadtwald in Richtung Osten. Meist weisen Fackeln auf den ersten Kilometern den Weg. Bis Mackenrode solltet Ihr in Gruppen mit Ortskundigen laufen. Vorsicht bei der Überwindung der Muschelkalk-Schichtstufe hinunter nach **Mackenrode!** Dort geht es an der Vorfahrtstraße rechts und dann gleich wieder links. Ein Wirtschaftsweg führt leicht bergab durch ein stilles Tal nach **Landolfshausen**. Es wird allmählich hell und Ihr könnt einen Tee (und ein 2. Frühstück) vom Hospiz-Pflegeteam bekommen, deren Verpflegungstand ihr kurz nach der Kirche an der Durchgangsstraße erreicht. Hinweis: Unmittelbar nach der Station geht es für ca. 400m steil bergauf ...

- 2: Landolfshausen (195m, 10.9 km) → Rollshausen (155m, 21.8 km)**
10.9 km **+85m ($\Sigma+210$), -125m ($\Sigma-395$)**



Weiter geht es über die **Seulinger Warte** (bei gutem Wetter: Brockenblick!) hinunter nach Seeburg. Oft hängt morgens Nebel über dem See, so dass Ihr ihn vielleicht nur erahnen könnt. Kurz vor **Seeburg** lauft Ihr durch eine Unterführung (Schnellstraße) auf den **Parkplatz** zu, wo bis 2012 der 2. VP war. Die Strecke führt weiter **am Südufer des Seeburger Sees** entlang nach **Bernshausen**. Im Ort rechts-links-rechts (Beschilderung!) und dann flach über Feldwege zur Kläranlage am Ortseingang von **Rollshausen**.

- 3: Rollshausen (155m, 21.8 km) → Rhumequelle (170m, 30.7 km)**
8.9 km **+165m ($\Sigma+375$), -150m ($\Sigma-545$)**



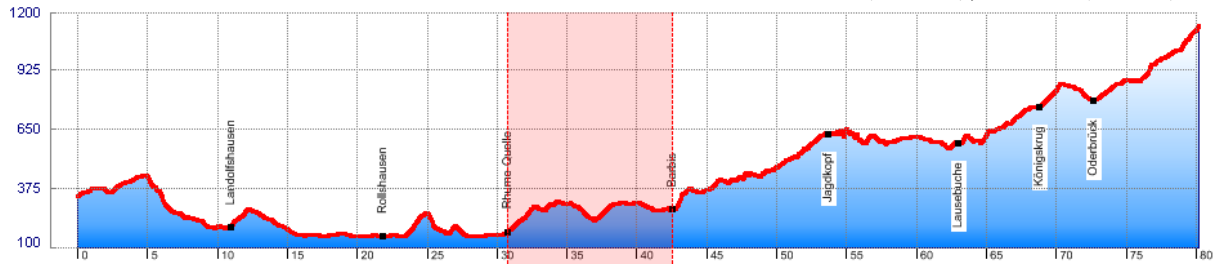
Weiter geht's gerade durch Rollshausen, kurz vor dem Ortsausgang links. Hinter Rollshausen mit Bedacht die B 247 überqueren und geradeaus den **Hellberg** hinauf, wobei der Weg zeitweise zu einem Trail wird (Radler müssen hier i.d.R. bald schieben!). Oben auf der Hellberg-Kuppe steht die **Tilly-Eiche**, dort halbrechts-geradeaus einfädeln und schnurstracks eine Rückegasse crossmäßig bergab. Unten dann rechts und dem Wirtschaftsweg nach Rüdershausen folgen. In **Rüdershausen** bald rechts ab (**aufpassen**), bergauf in einen Stichweg, nach 100m **wieder rechts** weiter steil bergan bis zu einer **Kapelle** und an dieser vorbei. Links runter zur Landstraße nach Rhumspringe, der für etwa 2 km gefolgt werden muss (bitte links laufen!). Am Ortseingang **Rhumspringe** rechts-links-links und weiter durch die Ortslage, am Sportplatz vorbei, dann dem ausgeschilderten Wanderweg zur **Rhumequelle** folgen. Hier gibt's eine Stärkung sowie warme und kalte Getränke überreicht vom Promotio-Team. Und danach fängt die Challenge langsam wirklich an ...



**4: Rhumequelle (170m, 30.7 km)
11.8 km**



**Barbis (280m, 42.5 km)
+270m ($\Sigma+645$), -160m ($\Sigma-705$)**

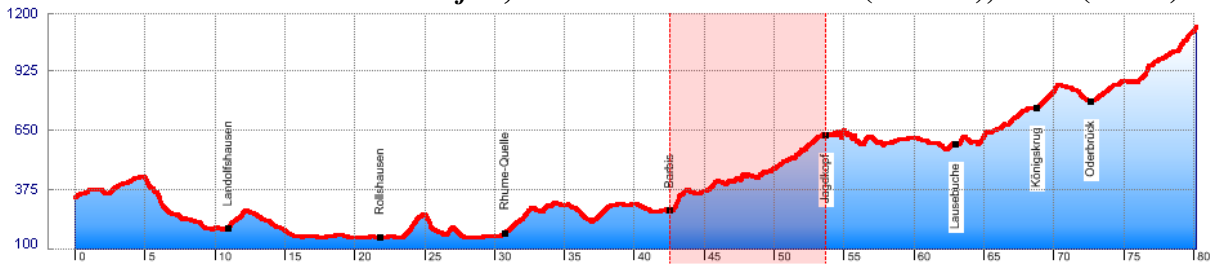


Weiter über die stetig ansteigende Forststraße in östlicher Richtung. Etwa 3 km oberhalb der Rhumequelle treffen sich 5 Wege, Ihr nehmt den 2. von links. Nach weiteren 3 km öffnet sich bei guter Sicht der Blick auf den Harz. Hier rechts und nach ca. 150 m wieder links. Weiter zunächst noch durch den Wald, dann über freies Feld, hinab zu einem Aussiedlerhof und wieder in einer Serpentine bergauf. Nach einem weiteren Gehöft hinter dem Beberteich rechts ab. An der nächsten Kreuzung links runter nach **Barbis**. Die Hauptstraße führt Euch rechts zum Verpflegungspunkt **Dreymannsmühle** am äußersten Ortsende, wo Ihr Euch mit warmem Tee und Leckereien von Naturkost Elkershausen verwöhnen lassen könnt. Hier ist die Marathon-Distanz geschafft! Und dann wird's steil!

**5a: Barbis (280m, 42.5 km)
11.3 km** *Entsafter, sect. I*



**Jagdkopf (635m, 53.8 km)
+425m ($\Sigma+1070$), -70m ($\Sigma-775$)**

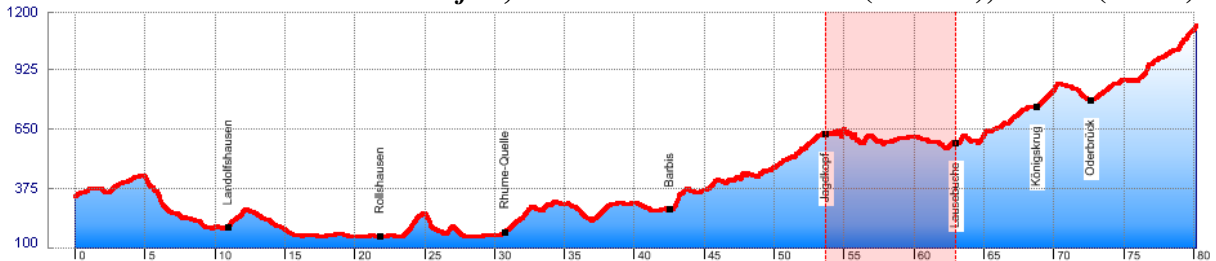


Auf den nächsten Kilometern geht es (steil) in den Harz hinein. Hier fängt das Abenteuer so richtig an, der sog. "Entsafter" wartet auf Euch. Es gibt für ortsunkundige Läufer viele Möglichkeiten, Umwege zu machen, die je nach Witterung und Schneehöhe extrem kräftezehrend sein können. **Im Zweifelsfall bitte auf den Karten nachgucken!** Die Beschilderung der Wanderwege ist aber im Harz recht gut und darüber hinaus werdet Ihr auch auf unsere BC-Schilder treffen. **Obacht** an der Wasserscheide - hier rechts abbiegen ins Steinaer Tal! Nach 11km ist man auf 635m ü. NN am vorerst höchsten Punkt beim **Jagdkopf** angekommen. Hier erwarten Euch - wenn möglich - die Reiterinnen mit Tee und etwas Verpflegung.

**5b: Jagdkopf (635m, 53.8 km)
9.3 km** *Entsafter, sect. II*

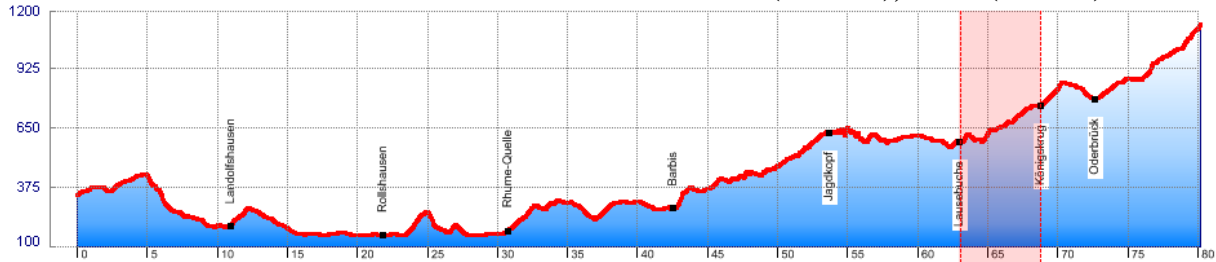


**Lausebuche (590m, 63.1 km)
+155m ($\Sigma+1225$), -200m ($\Sigma-975$)**



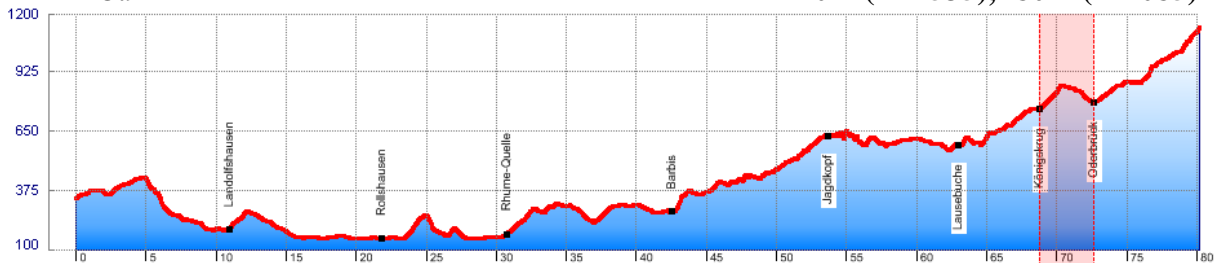
Weiter geht es nun wieder flacher auf der **Südharzloipe** (und zwar sind die Loipenspuren selbstverständlich für die Skifahrer da). **Ihr dürft sie beim Laufen nicht beschädigen** – die Loipen sind normalerweise für Fußgänger gesperrt! Ihr folgt der Beschilderung in Richtung **Braunlage-Pastorenweg, Kaiserweg-Kapellenfleck-Lausebuche**, i.d.R. gibt es aber bis zur Lausebuche auch noch BC-Schilder. Dort warten etliche Begleiter und die Soroptimisten sorgen mit einem weiteren Verpflegungsstand dafür, dass alle gründlich "auftanken" können. Hier ist die mentale Schlüsselstelle erreicht: Wer entscheidet: Beine oder Kopf?

6: Lausebuche (590m, 63.1 km) → Königskrug (760m, 68.5 / 70.0 km)
5.4 / 6.9 km +200m (Σ+1425), -30m (Σ-1005)



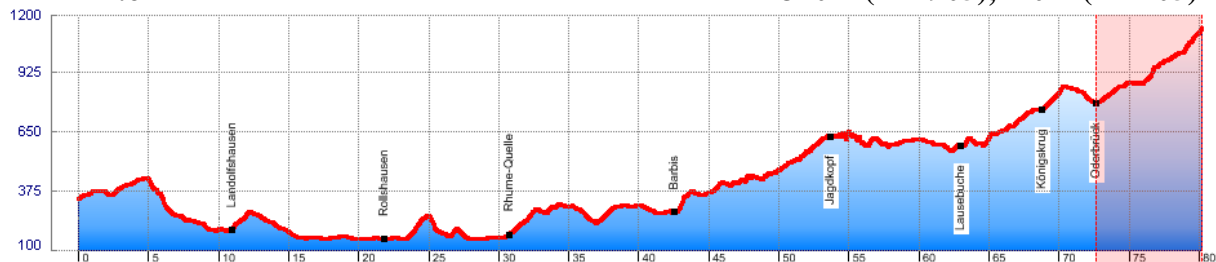
Westlich der Bundesstraße 4 führt die Strecke nach **Königskrug**. Dabei gibt es je nach Schneelage und Räumzustand verschiedene Alternativrouten (+/-1.5km, vgl. u.). Auf der Vorbesprechung erfahrt Ihr Details zur aktuellen Situation. Eins haben alle Wege gemeinsam: Es geht fast stetig bergauf, auch wenn man es kaum sieht.

7: Königskrug (760m, 68.5 / 70.0 km) → Oderbrück (790m, 72.4 / 73.9 km)
3.9 km +110m (Σ+1535), -80m (Σ-1085)



Weiter über den **Kaiserweg nach Oderbrück**. Auf diesem Streckenabschnitt ist die offizielle Beschilderung ausreichend und man begegnet vielen Spaziergängern. Genießt das letzte Stückchen bergab kurz vor Oderbrück, auch wenn es dabei durch ein kleines Moor geht (nicht nur für Radfahrer gilt hier: aufgepasst!). In Oderbrück habt Ihr die letzte Versorgungsstation vor dem Ziel erreicht. Gestärkt durch die Verpflegung vom Bergwelt-Team werdet Ihr die letzten Kilometer auf den Brocken auch noch schaffen!

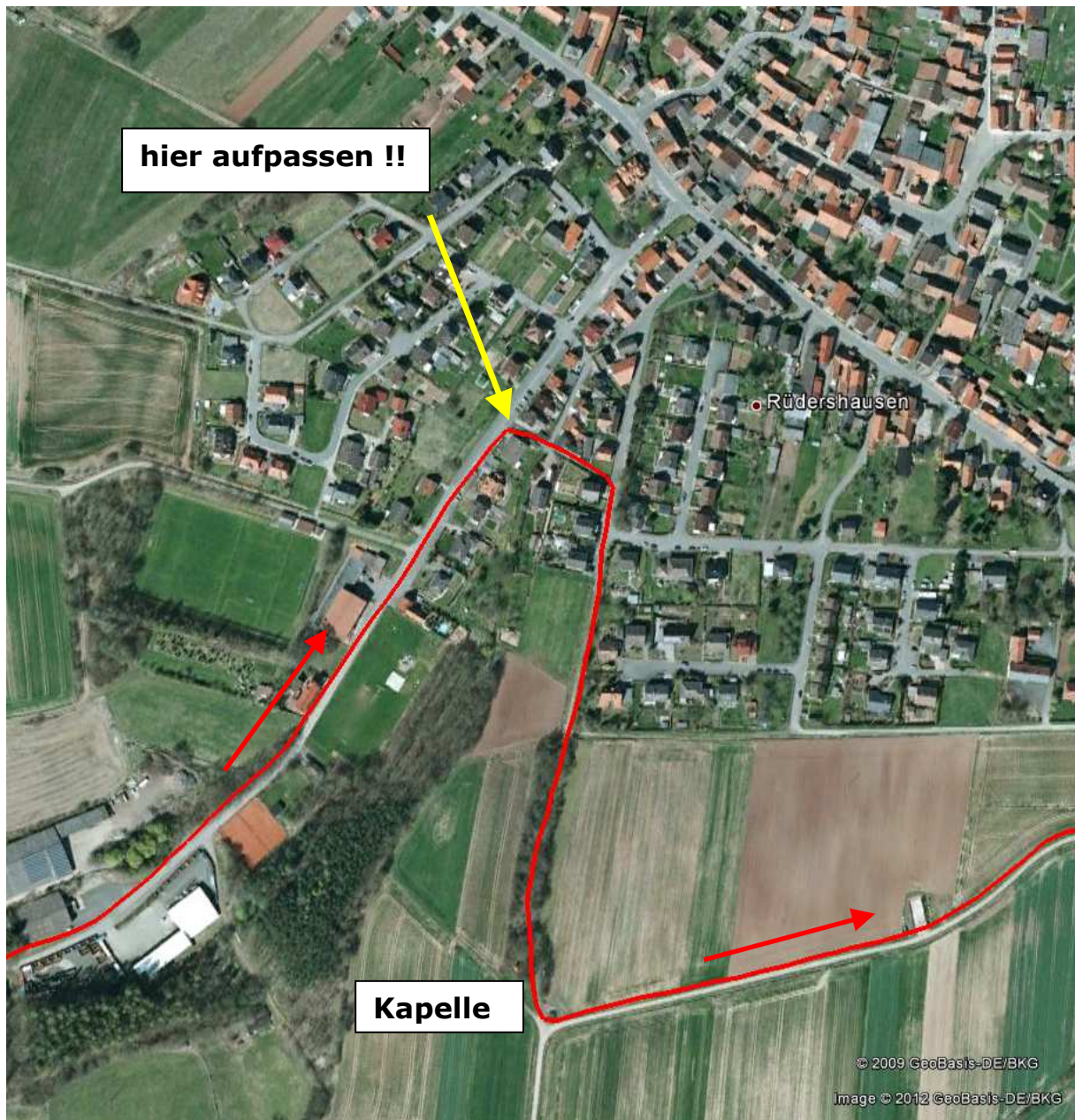
8: Oderbrück (790m, 72.4 / 73.9 km) → Brocken (1142m, 80.0 / 81.5 km)
7.6 km +370m (Σ+1905), -20m (Σ-1105)



Die letzten knapp 8 km führen am **Dreieckigen Pfahl** (ehemalige innerdeutsche Grenze) vorbei und über den **Goetheweg** auf kürzestem, ausgeschildertem Wege auf den Brocken. Auch hier gibt es keine BC-Beschilderung mehr. Die sog. Rampe (30%) sehr steil hinauf zur Brockenbahn, an den Schienen links und immer an diesen entlang bis Ihr auf die Brockenstraße stößt. Diese kommt von rechts und führt links zum Brocken hoch (noch 1km). Oben angelangt erwarten Euch ein freundlicher Empfang durch das BC-Team im Goethe-Saal des Brocken-Museums, eine (warme?) Dusche und vor allem **das unvergleichliche Gefühl, es geschafft zu haben!**

*Die Graphiken wurden mit dem Programm "GPS-Track-Analyse.net" (www.gps-freeware.de) erstellt.
 Die Höhendifferenzen wurden mit dem elevation correction plugin von SportTracks ermittelt.
 Der verwendete GPS-Track wurde bei der BC 2012 mit einem Garmin ForeRunner 305 aufgezeichnet.*

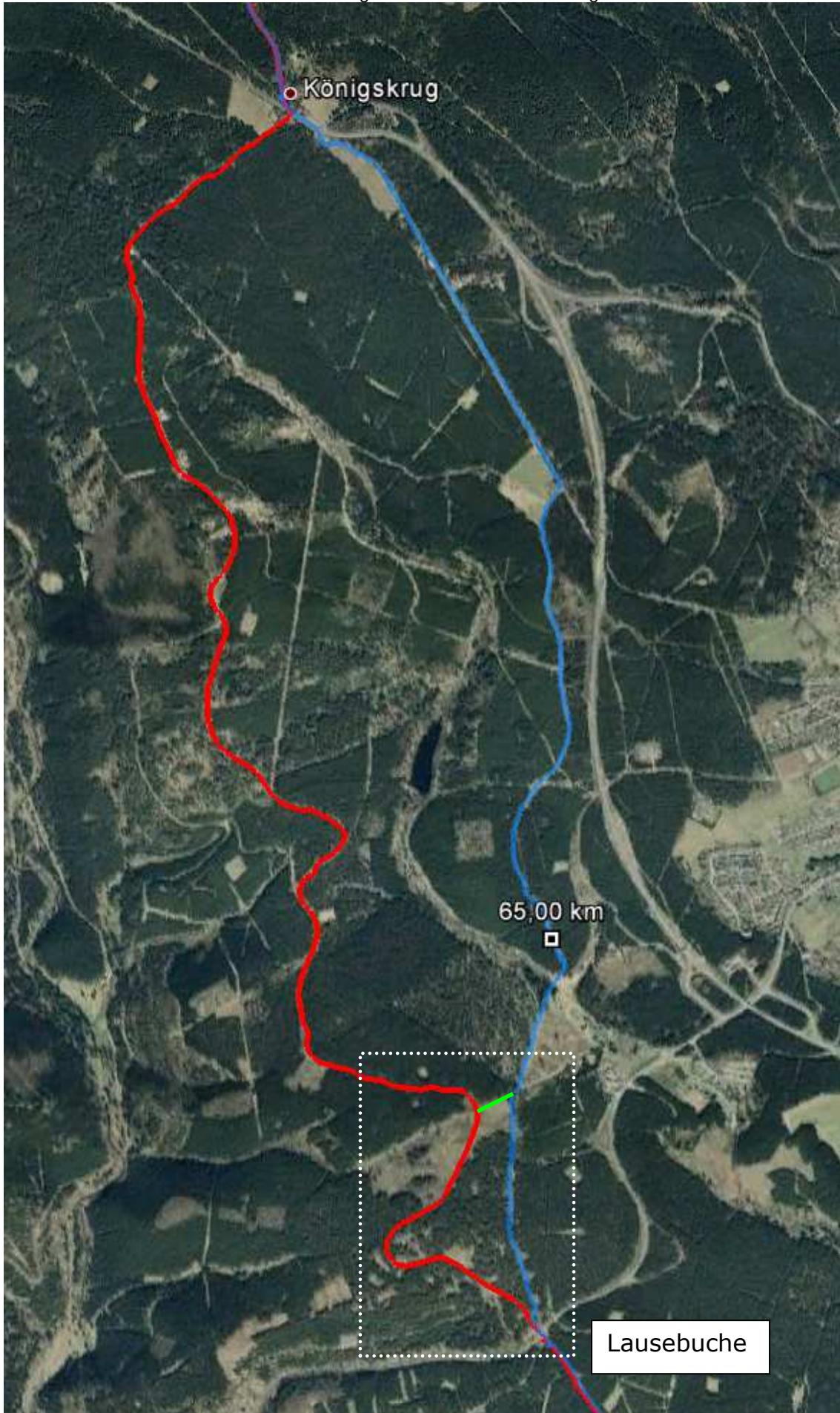
auf den nächsten Seiten: ein paar Details, die u.U. wertvoll sein könnten ...



km 26.5 Rüdershausen



10. Brocken-Challenge am 09.02.2013 von Göttingen zum Brocken - Der Lauf



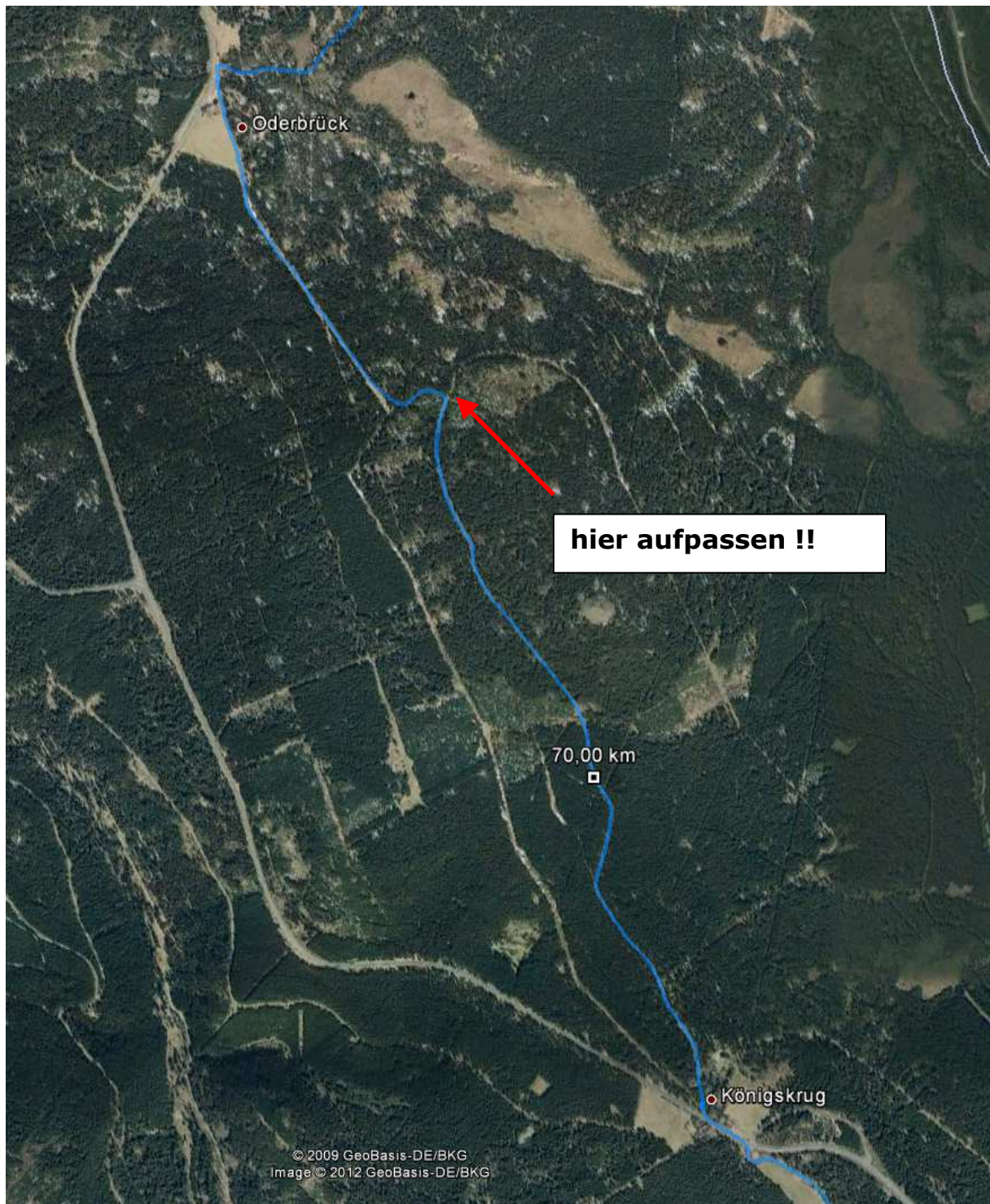


Alternativen-Routen Lausebuche - Königskrug

komplett rot = 6.9 km

rot - grün - blau = 5.9 km

komplett blau = 5.4 km



**Königskrug - Oderbrück:
(noch) nicht einschlafen !!**