

Gut gegangen im Haunstetter Wald Jogging und Walking im südlichen Stadtviertel

Strecke: 8,0 Kilometer (5,4 Kilometer)

Profil: flach mit 13 Höhenmeter (7 Höhenmeter)

Boden: 100 % Waldwege

Markierung: keine

Start und Ziel: Ende des Kleingartenwegs

Parken: Parkplatz am Kleingartenweg in Haunstetten

Umkleide: keine

Sonstiges: Direkt am Start und Ziel fließt der Brunnenbach vorbei, der einst Augsburg mit Trinkwasser versorgte. Das saubere und kühle Quellwasser eignet sich vorzüglich für ein Fußbad nach dem Training gemäß der Lehre von Pfarrer Sebastian Kneipp.

Die Wälder nehmen fast ein Viertel des Augsburger Stadtgebietes ein. Der Siebentischwald und der südlich angrenzende Haunstetter Wald umfassen eine Fläche von 16 Quadratkilometern. Jogger, Nordic Walker und klassische Walker kommen hier auf ihre Kosten. Während der Siebentischwald von Erholungsuchenden aus allen Stadtteilen stark frequentiert wird, begegnet man im Haunstetter Wald viel weniger Menschen.

Der Parkplatz am Ende des Kleingartenwegs in der Nähe des Haunstetter Krankenhauses gilt als beliebter Startpunkt für Hobbysportler, die sich im Haunstetter Wald betätigen wollen. Dort beginnt ein einfach zu findender Rundkurs von acht Kilometern, der in südlicher Richtung fast die Lechstaustufe 23 erreicht. In Verlängerung des Kleingartenwegs joggen oder walken wir im Schatten spendenden Hochwald immer geradeaus.

Nach mehr als zwei Kilometern besteht auf Höhe der Lochbachbrücke die Möglichkeit, links abzubiegen und so die Route auf 5,4 Kilometer zu verkürzen. Wir entscheiden uns für die lange Tour. Weiterhin geradeaus führt die Strecke

nun den Lochbach entlang, durch den etliche Stadtkanäle mit Lechwasser gespeist werden. Dann kommt man zu einem schmalen Steg über den Lochbach. Dort zweigen wir links ab und wenig später ein weiteres Mal. Die Hälfte wäre nun geschafft.

In Richtung Norden begleitet uns rechter Hand der Wildpark der städtischen Forstverwaltung. Nach ca. 500 Metern wählen wir halb links einen Wanderweg, der sich durch den südlichen Stadtwald schlängelt. Bis einen Kilometer vor Schluss kann man diesem kurzweiligen Pfad folgen. Am Waldrand entlang erreichen wir das Ziel.

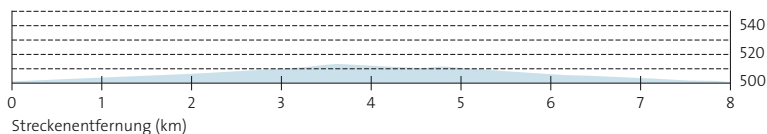
Für Hobbyathleten, die nicht alleine im Haunstetter Wald unterwegs sein wollen, gibt es diverse Angebote des TSV Haunstetten. So bietet der traditionelle Lauftreff am Ausgangspunkt unserer Strecke auch Trainingsgruppen für die Geher mit oder ohne Stöcke.

„Wir freuen uns während der Sommerzeit jeden Mittwoch um 18.30 Uhr und während der Winterzeit jeden Samstag um 14.30 Uhr über neue Gesichter“, wirbt Albert Loderer für das kostenlose Fitnessprogramm. Der TSV-Ehrenpräsident kümmert sich nicht nur um diese

Leseprobe „Sportfreizeitführer Augsburg“
ISBN 978-3-00-020954-3 © 2007 Runway Verlag



Höhenprofil der 8,0 Kilometer langen Strecke im Haunstetter Wald



Breitensporteinrichtung, sondern läuft auch fleißig mit. „Beim Skifahren und Bergwandern komme ich dank Jogging und Walking nicht so schnell aus der Puste“, erzählt Loderer. Das Urgestein

des Haunstetter Sports dient selber als bester Beweis, dass vernünftig betriebener Ausdauersport gesund und fit hält. (wm)