

BEST WESTERN PREMIER Castanea Resort Hotel

Scharnebecker Weg 25
21365 Lüneburg/Adendorf
Tel. (0 41 31) 22 33 0
Fax (0 41 31) 22 33 22 33
info@castanea.bestwestern.de
www.castanea.bestwestern.de

Laufregion

Das BEST WESTERN PREMIER Castanea Resort Hotel liegt direkt an einem Golfplatz und angrenzenden, ausgedehnten Waldgebieten und Feldern. Es erwartet Sie ein schöner Rundkurs um die hoteleigenen Golfplätze. Der gelenkschonende Schotteruntergrund und die nur mit leichten Steigungen verbundene Streckenführung ist insbesondere für Laufbeginner sehr geeignet und ein perfektes Areal auch für die Läufer, die gern weite Strecken laufen wollen. Die Lüneburger Heide ist prädestiniert, um Ihre Laufambitionen auszuüben. Insbesondere ist es Anfängern ein Leichtes, ohne schwere Überwindung von Höhenmetern auf festen Bodenverhältnissen zu trainieren. Atmen Sie den Duft der Wälder, der Wiesen und der Erde beim Jogging, Walking und Nordic Walking.

Länge

Castanea Fitness Course: 3,6 km
Erweiterbar bis 10 km

Beleuchtet

Nein

Steigungen

Leicht hügelig

Untergrund

Gelenkschonender Schotteruntergrund, Asphalt, Wald- und Feldwege

Castanea Fitness Course

- Für die morgendlichen Kurzläufer bietet sich der extra angelegte Rundkurs „Castanea Fitness Course“ mit einer Länge von 3,6 km an. Der schöne Rundkurs um die hoteleigenen Golfplätze beginnt direkt am Hotel mit einem Aufwärm- und Dehnparcours und ermöglicht Ihnen eine optimale Laufvorbereitung, um die 3,6 km lange Strecke ohne große Schwierigkeiten und mit viel Spaß zu bestehen.
- Sie verlassen das Hotel durch den Haupteingang, halten sich links und laufen in Richtung offizieller Ausfahrt des Hotelgeländes. Kurz vor dem Portal an der Straße geht es vor dem Zaun (innen bleiben!) am Golfplatz entlang. Nach rund 100 m erreichen Sie ein kleines Waldgebiet, biegen links ab, am Ende des Waldes wieder links.
- An der kleinen Dorfstraße laufen Sie wieder zurück, über den Ziegeleiweg hinweg bis zum Scharnebecker Weg. Dort links und nach etwa 1 km taucht auf der linken Seite wieder das Hotel auf.



- Wer eine längere Strecke sucht, läuft ebenfalls bis zur Ausfahrt, überquert die Straße und läuft auf dem Fahrradweg nach links, bis nach etwa 200 m eine Landstraße kommt. Dort links abbiegen und nach etwa 100 m die Straße überqueren und in den Waldweg hineinlaufen, der durch eine Schranke abgesichert ist.
- Dem Hügel hinter dem Weg folgen Sie, bis Sie wieder auf eine asphaltierte, kaum befahrene Straße kommen. Dort laufen Sie rechts und folgen dieser Straße entweder so lange, bis Sie zum Schiffshebewerk gelangen oder vorher rechts oder links in die Feld- und Waldwege abbiegen und diese erkunden.