

## Jogging- / Laufrunde entlang des Main-Donau-Kanals

---



**Strecke** ca. 7,5 km  
**Boden** Überwiegend beleuchtet, keine Steigungen  
Hauptsächlich asphaltiert, teilweise befestigte  
Kieswege

- Biegen Sie nach Verlassen des Hotels rechts ab in Richtung Innenstadt. Vor der Luitpoldbrücke biegen Sie nach unten zum Kanal ab und laufen links am Ufer entlang. Dieser Weg führt bis zur „Schleuse“ (ca. 2 km)
- Überqueren Sie die Schleuse auf die andere Seite des Main-Donau-Kanals. Folgen Sie wenige Meter dem Straßenverlauf und biegen bei nächster Gelegenheit rechts ab.
- Laufen Sie auf Höhe des Fußballplatzes weiter geradeaus am Kanal entlang in Richtung Stadtteil Bug/Bughof. Die nächste Möglichkeit zum Überqueren der Regnitz ist die Franz-Fischer-Brücke.
- An der ersten Kreuzung nach der Brücke biegen Sie rechts ab Richtung Innenstadt.
- Folgen Sie dem Regnitzufer und überqueren Sie den Fluss bei erster Gelegenheit über eine kleine Brücke, um in den Luisenhain zu gelangen.
- Halten Sie sich rechts und laufen dann immer am Kanal entlang, bis Sie wieder über die Luitpoldbrücke in Richtung Hotel kommen (7,5 km Strecke).