

## BEST WESTERN PLUS Hotel Excelsior

Bahnhofstraße 35  
99084 Erfurt  
Tel. (03 61) 5 67 00  
Fax (03 61) 5 67 01 00  
info@excelsior.bestwestern.de  
www.excelsior.bestwestern.de

### Laufregion

Ausgangspunkt der Laufstrecke ist die wunderschöne mittelalterliche Innenstadt von Erfurt. Dennoch bietet sich entlang der zahlreichen begrünten Flächen und dem Flusslauf der Gera eine schöne, flache Strecke zum Laufen, auch inmitten der Stadt. Am Endpunkt erreichen Sie den Stadtrand von Erfurt, das Bachstelzencafé lädt Sie dort mit original Thüringer Küche und leichten Snacks zum kurzen Verweilen ein.

### Länge

Rund 16 km (Hin- und Rückweg),  
jederzeit verkürzbar

### Beleuchtet

Ja

### Steigungen

Keine

### Untergrund

Wechsel von Asphalt, Kies- und Graswegen

## Entlang der Gera

- Halten Sie sich aus dem Haupteingang des Hotels kommend rechts und laufen Sie unter der Bahnunterführung durch.
- Nach etwa 20 m biegen Sie wieder rechts ab und laufen weiter geradeaus.
- Auf der rechten Seite sehen Sie dann schon den Flusslauf der Gera, dem Sie nun 8 km lang über Graswege, asphaltierte Straßen und Kieswege folgen können.
- Die Länge der Strecke können Sie selbst bestimmen und nach der Hälfte der gewünschten Laufzeit an der Gera zurücklaufen.



- Wenn Sie insgesamt 16 km hin und zurück laufen wollen, ist das Ende der Strecke das Bachstelzencafé, an dem Sie einen schönen Zwischenstopp machen können, bevor Sie Ihren Rückweg zum Hotel antreten.

