

Schleuseninsel - Entenfang, kleine und große Runde zum Ziel Wasserbahnhof (Schleuseninsel)

Auf Schleuseninsel nach Osten Richtung Auf dem Dudel

20 m

Rechts abbiegen auf Auf dem Dudel

81 m

Auf dem Dudel verläuft leicht nach links und wird zu Wilhelmstraße

210 m

Rechts abbiegen auf Friedrichstraße

190 m

Links abbiegen auf Trooststraße

56 m

Rechts abbiegen auf Dohne

600 m

Weiter auf Mendener Str.

1,4 km

Rechts abbiegen auf B1

950 m

Rechts abbiegen auf Mintarder Straße

500 m

Links abbiegen auf Kahlenbergstraße

290 m

Weiter auf Langenfeldstraße

220 m

Links abbiegen auf Lehnerstraße

26 m

Rechts abbiegen auf Straßburger Allee/B223

72 m

Links abbiegen auf Langenfeldstraße

1,0 km

Weiter auf Lothringer Weg

450 m

Rechts abbiegen auf Saarbrücker Weg

180 m

Links abbiegen auf Nachbarsweg

2,8 km

Nach rechts abbiegen, um auf Nachbarsweg zu bleiben

82 m

Weiter auf Wedauer Str.

500 m

Rechts abbiegen auf Holzenbergs Bruch

400 m

Bei Im Sachtenhorst links abbiegen

170 m

Links abbiegen auf Großenbaumer Str.

700 m

Kontrollpunkt 1 kleine und große Tour Entenfang

Toilette (Vereinshaus ESAV Duisburg)

Getränke und Verpflegung

Weiter kleine Tour

Links abbiegen auf Am Entenfang

550 m

Leicht rechts abbiegen

600 m

Rechts abbiegen auf Nachbarsweg

98 m

Weiter auf Bissingheimer Str.

700 m

Links abbiegen auf Am Eschenbruch

650 m

Leicht rechts abbiegen auf Stockweg

1,4 km

Nach links abbiegen, um auf Stockweg zu bleiben

350 m

Weiter auf Karl-Forst-Straße

350 m

Leicht rechts abbiegen

300 m

Rechts abbiegen auf Wedauer Str.

120 m

Nach rechts abbiegen, um auf Wedauer Str. zu bleiben

71 m

Links abbiegen auf Karl-Forst-Straße

140 m

Rechts abbiegen auf Glückaufstraße

27 m

Links abbiegen auf Karl-Forst-Straße

80 m

Links abbiegen auf Kastanienallee

27 m

Rechts abbiegen auf Karl-Forst-Straße

120 m

Rechts abbiegen auf Kölner Str./B1

72 m

Links abbiegen auf Stooter Str.

1,0 km

Nach rechts abbiegen, um auf Stooter Str. zu bleiben

1,2 km

Links abbiegen auf Kahlenbergsweg

1,0 km

Weiter auf Am Stoot

210 m

Nach links abbiegen, um auf Am Stoot zu bleiben

86 m

Weiter auf August-Thyssen-Straße

43 m

Leicht links abbiegen auf Am Biestenkamp

250 m

Links abbiegen auf Mintarder Dorfstraße

900 m

Nach rechts abbiegen, um auf Mintarder Dorfstraße zu bleiben

230 m

Links abbiegen auf Mintarder Straße

88 m

Nach rechts abbiegen, um auf Mintarder Straße zu bleiben

110 m

Links abbiegen

550 m

Leicht links abbiegen auf Ruhrauenweg

2,1 km

Leicht links abbiegen auf Am Damm

400 m

Leicht rechts abbiegen

190 m

Bei Am Damm rechts abbiegen

1,0 km

Bei Kahlenbergweg rechts abbiegen

190 m

Links abbiegen

260 m

Leicht rechts abbiegen auf Saarner Auenweg

190 m

Leicht rechts abbiegen, um auf Saarner Auenweg zu bleiben

280 m

Rechts abbiegen

220 m

Rechts abbiegen auf Kassenberg/B223

450 m

Rechts Richtung Kassenbergbrücke abbiegen

58 m

Weiter auf Kassenbergbrücke

190 m

Links abbiegen auf Alte Schleuse

120 m

Nach links abbiegen, um auf Alte Schleuse zu bleiben

120 m

Ziel Schleuseninsel

Weiter große Tour

Auf Großenbaumer Str. nach Südwesten Richtung Tannenstraße

130 m

Weiter auf Bissingheimer Str.

350 m

Links abbiegen auf Masurenallee

350 m

Weiter auf Saarner Str.

1,5 km

Scharf links auf Druchter Weg

1,4 km

Links abbiegen auf Lintorfer Waldweg

350 m

Rechts abbiegen auf Bissingheimer Str.

500 m

Links abbiegen auf Am Eschenbruch
650 m
Leicht rechts abbiegen auf Stockweg
1,4 km
Rechts abbiegen auf Tenterweg
1,4 km
Weiter auf Breitscheider Hof
95 m
Links abbiegen
450 m
Links abbiegen auf Kölner Str./B1
4 m
Rechts abbiegen auf Alte Kölner Str.
4 m
Nach rechts abbiegen, um auf Alte Kölner Str. zu bleiben
600 m
Links abbiegen auf Mintarder Weg
950 m
Im Kreisverkehr erste Ausfahrt (Langenkamp) nehmen
600 m
Links abbiegen auf Schneeweiss
650 m
Schneeweiss verläuft nach links und wird zu Boxmaul
170 m
Weiter auf Am Fussbein
850 m
Rechts abbiegen auf Hasenbrucher Weg
500 m
Links abbiegen auf Essener Str.
1,4 km
Weiter auf L441
35 m
Rechts abbiegen auf August-Thyssen-Straße
650 m
Links abbiegen auf Landsberger Str.
900 m
Links abbiegen auf Mintarder Weg
500 m

Kontrollpunkt 2 nur große Tour (Wasserwerk Kettwig)

Nach Nordwesten Richtung Am Damm
1,5 km
Weiter auf Durch die Aue
400 m
Weiter auf Mintarder Dorfstraße
1,1 km
Nach rechts abbiegen, um auf Mintarder Dorfstraße zu bleiben
230 m
Links abbiegen auf Mintarder Straße
88 m
Nach rechts abbiegen, um auf Mintarder Straße zu bleiben
110 m
Links abbiegen

550 m

Leicht links abbiegen auf Ruhrauenweg

2,1 km

Leicht links abbiegen auf Am Damm

400 m

Leicht rechts abbiegen

190 m

Bei Am Damm rechts abbiegen

1,0 km

Bei Kahlenbergweg rechts abbiegen

190 m

Links abbiegen

260 m

Leicht rechts abbiegen auf Saarner Auenweg

190 m

Leicht rechts abbiegen, um auf Saarner Auenweg zu bleiben

280 m

Rechts abbiegen

220 m

Rechts abbiegen auf Kassenberg/B223

450 m

Rechts Richtung Kassenbergbrücke abbiegen

58 m

Weiter auf Kassenbergbrücke

190 m

Links abbiegen auf Alte Schleuse

120 m

Nach links abbiegen, um auf Alte Schleuse zu bleiben

120 m

Ziel Schleuseninsel