

LAUFSTRECKEN

Die kein Abseits!-Spendenlauf-Wochen



Mach mit bei unserem Lauf-Event!

(Mehr Infos auf der nächsten Seite, S. 2)



-  Charlottenburg-Wilmersdorf
Strecke 0 („Sightseeing“ vom Kanzleramt zum Berliner Dom) – S. 3,
Strecke 1 (Schlosspark Charlottenburg) – S. 4
-  Spandau
Strecke 2 (Volkspark Jungfernheide) – S. 5
-  Reinickendorf
Strecke 3 (Tegeler See) – S. 6, 4 (Märkisches Viertel) – S. 7
-  Mitte
Strecke 5 (Rehberge) – S. 8, Strecke 6 (Tiergarten) – S. 9, Strecke 7 (Panke) –
S. 10
-  Pankow
Strecke 8 (Obersee, Orankesee, Fauler See) – S. 11
-  Lichtenberg
Strecke 9 (Herzberge) – S. 12
-  Treptow-Köpenick
Strecke 10 (Treptower Park) – S. 13
-  Steglitz-Zehlendorf
Strecke 11 (Schlachtensee) – S. 14
-  Tempelhof-Schöneberg
Strecke 12 (Rudolph-Wilde-Park am Rathaus Schöneberg) – S. 15
-  oder deine Lieblingslaufstrecke!
überall in und außerhalb Berlins

Mehr Infos: www.kein-abseits.de/spendenlauf


Streckenbilder und -informationen mit freundlicher Genehmigung:
© SCC Events, Google Maps



kein Abseits!-Lauf-Event

Lauf mit Team- und Vereinsmitgliedern!



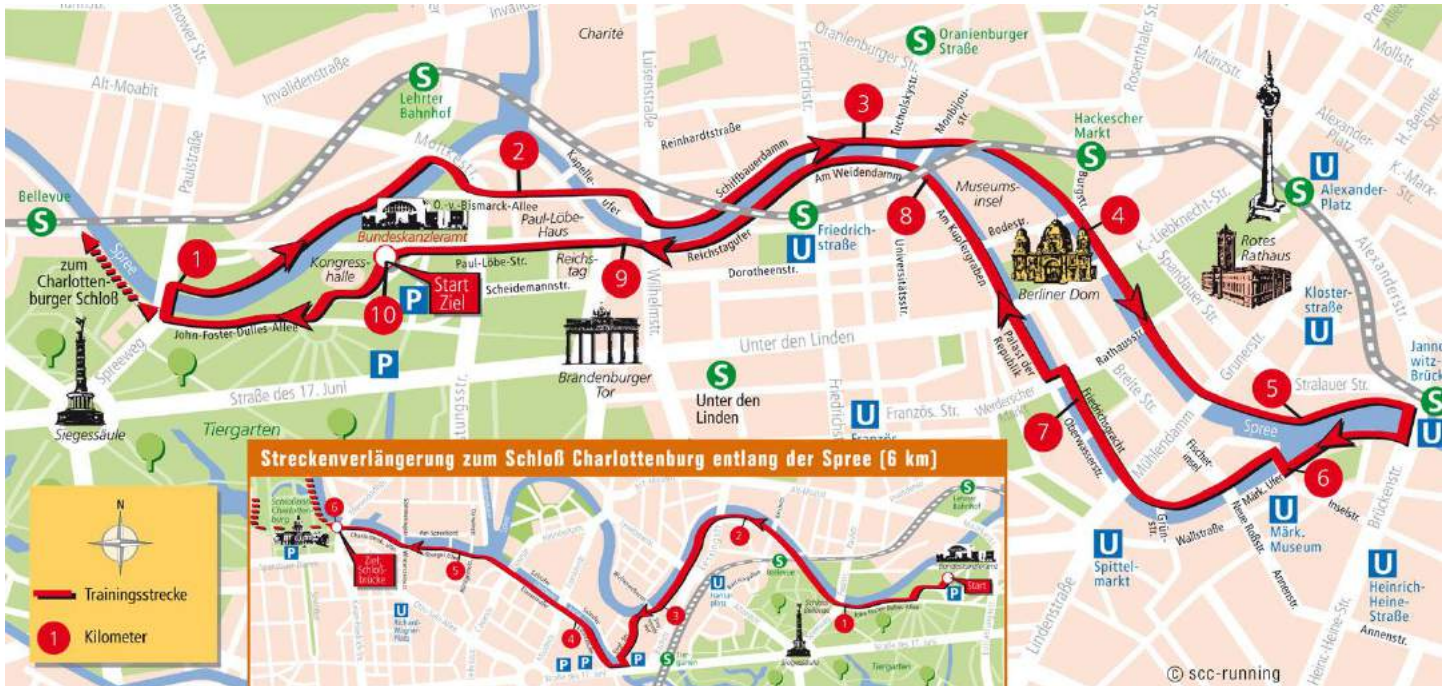
 Aktuelle Informationen findest du unter:

www.kein-abseits.de/spendenlauf



Charlottenburg-Wilmersdorf

Strecke 0: „Sightseeing“ vom Kanzleramt zum Berliner Dom



Start/Ziel: Haus der Kulturen der Welt



Streckenlänge: 10 km (plus 6 km zum Schloss Charlottenburg)



Bodenbelag: Parkwege, Asphalt



Parkmöglichkeiten:

vor dem Schloss Charlottenburg, TU, Haus der Kulturen der Welt



Anbindung:

Haus der Kulturen der Welt (Bus 100); Luisenplatz/Schloss Charlottenburg (Bus 109, Bus M45), U-Bahnhof Richard-Wagner-Platz (U7)



Variation I: zusätzliche 3-km-Runde durch den Schlosspark Charlottenburg

Variation II: zusätzliche 5-km-Runde durch den Tiergarten



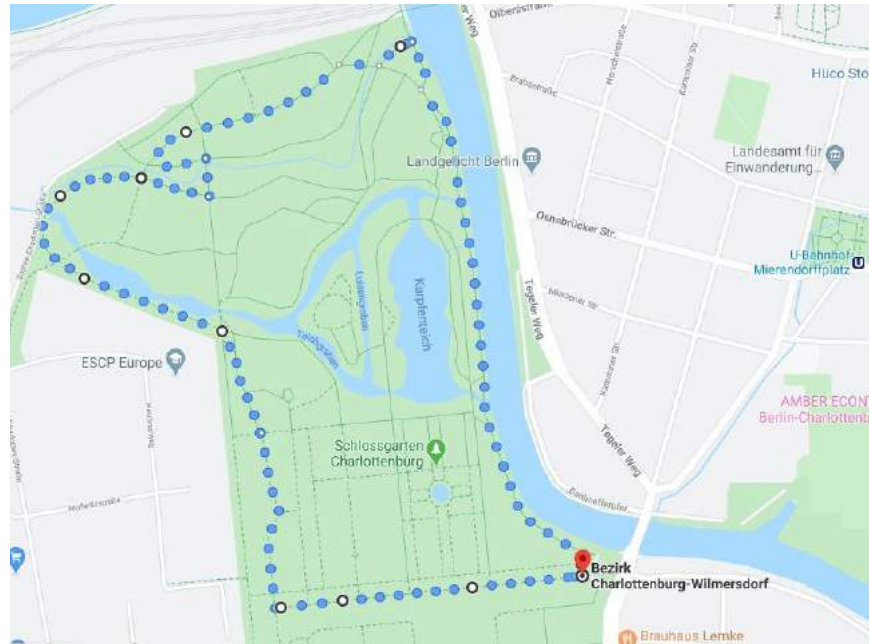
Highlights:

Schloss Charlottenburg, Charlottenburger Tor (Str. des 17. Juni) = ehemaliger Start des Berlin-Marathon, Hansa-Viertel, Schloss Bellevue, Haus der Kulturen der Welt (Schwangere Auster), Bundeskanzleramt



Charlottenburg-Wilmersdorf

Strecke 1: Schlosspark Charlottenburg



Start/Ziel: Schlosspark Charlottenburg bis Bundeskanzleramt



Streckenlänge: 3 km



Bodenbelag: Parkwege



Parkmöglichkeiten:
vor dem Schloss Charlottenburg



Anbindung:
Luisenplatz/Schloss Charlottenburg (Bus 109, Bus M45), U-Bahnhof Richard-Wagner-Platz (U7)



Highlights:
Schloss Charlottenburg, schöner Park



Spandau

Strecke 2: Volkspark Jungfernheide



Start/Ziel: Jungfernheideweg / Freibad Jungfernheide



Streckenlänge: 5 km



Bodenbelag: Parkwege, flach



Parkmöglichkeiten:
Magarete-Sommer-Straße



Anbindung:
U-Bahnhof Halemweg (U7), Goebelplatz (Bus 123)



Highlights:
Freibad Jungfernheide, Jungfernheideteich, Ökogarten, Wasserturm, Wildgehege



Reinickendorf

Strecke 3: Tegeler See



Start/Ziel: Neheimer Straße (Nähe GU Bernauer Straße)



Streckenlänge: 6 km / 13,7 km / 19,7 km



Bodenbelag: Parkwege, teilweise Asphalt



Parkmöglichkeiten:

Neheimer Straße, optional Veitstraße oder im Bereich Alt-Tegel



Anbindung:

Neheimer Straße (Bus 133), U-Bahnhof Alt-Tegel (15 Fußweg zum Tegeler See)



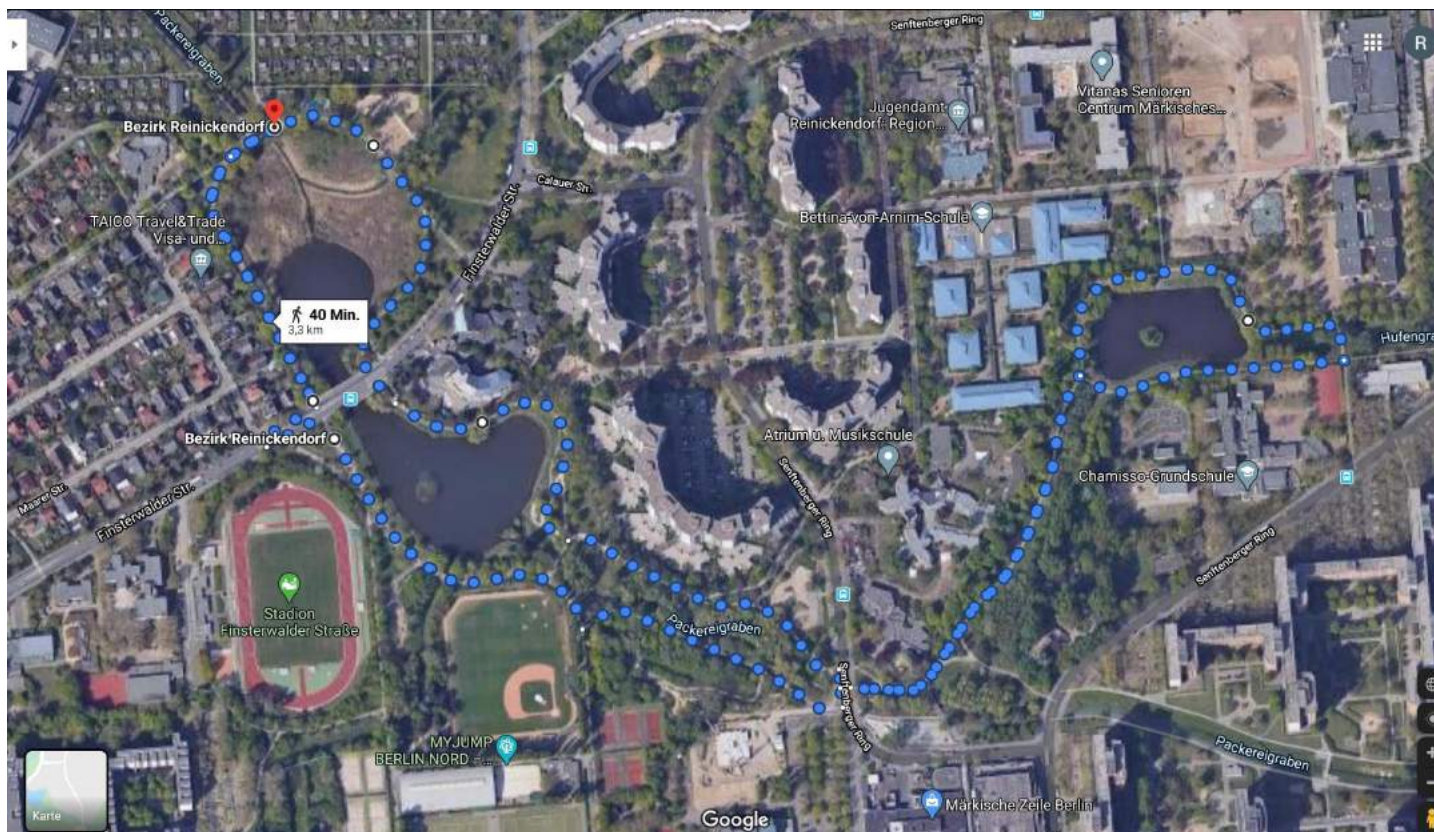
Highlights:

Tegeler See, Tegeler Hafen, Arbeiterstrand Schwarzer Weg (gute Bademöglichkeit, generell aber auch entlang des Tegeler Sees öfters Möglichkeiten zum Baden)



Reinickendorf

Strecke 4: Märkisches Viertel



Start/Ziel: Nähe Heim/Nähe Königshorster Straße



Streckenlänge: 3,3 km



Bodenbelag: Asphalt



Parkmöglichkeiten:
Königshorster Straße



Anbindung:

Königshorster Straße (Bus 124, M21), Finsterwalder Straße (Bus 122),
Senftenberger Ring (Bus 120)



Highlights:

Nähe Unterkunft Senftenberger Ring, Seggeluchbecken (Enten/Schwäne),
früherer Wohnort Sidos ;-)



Mitte

Strecke 5: Rehberge



Start/Ziel: Nr. 1 Dohnagestell / Nr. 2 Parkeingang Otawi- / Afrikanische Straße



Streckenlänge: 4,6 km (2,5 km Zusatzstrecke)



Bodenbelag: Parkwege, asphaltierte Gehwege, teilweise hügelig



Parkmöglichkeiten:

Dohnagestell



Anbindung:

Otawistraße (Bus 221), U-Bahnhof Rehberge (U6)



Highlights:

Fasanerie, Wildschwein- und Wildgehege, Freilichtbühne, Fußballstadion, Rathenaubrunnen



Mitte

Strecke 6: Tiergarten (Laufstrecke des 5x5km-Lauf)



Start/Ziel: Tiergarten (Paul-Löbe-Allee)



Streckenlänge: 5 km-Rundlauf



Bodenbelag: Parkwege



Parkmöglichkeiten:

vor dem Tiergarten an der Straße des 17. Juni



Anbindung:

S-Bahnhof Bellevue (S3, S5, S7, S9), Schloss Bellevue (Bus 100, Bus 187), S-Bahnhof Brandenburger Tor (S1, S2, S25, S26)



Variation I: zusätzlich durch den gegenüberliegenden Teil des Tiergartens



Highlights:

Siegessäule, Haus der Kulturen der Welt (Schwangere Auster), Bundeskanzleramt



Mitte

Strecke 7: An der Panke



Start/Ziel: Park Boyenstraße/Chausseestraße (alternativ: Bürgerpark)



Streckenlänge: 10 km mit Wendepunkt bei 5 km, Bürgerpark 2 km



Bodenbelag: Parkwege, wenig Asphaltwege



Parkmöglichkeiten:

Chausseestraße (alternativ am S Wollankstraße für den Bürgerpark)



Anbindung:

U-Bahnhof Reinickendorfer Straße (U6), Boyenstraße (Bus 120) (alternativ S oder Bus Wollankstraße (S1, S25; M27, 250, 255))



Highlights:

Pankebecken, Bürgerpark, Kinderbauernhof „Pinke Panke“ gegenüber dem Bürgerpark



Pankow

Strecke 8: Obersee, Orankesee, Fauler See



Start/Ziel: Gertrudstraße am Freibad Orankesee



Streckenlänge: 5,2 km



Bodenbelag: Parkwege und Waldwege, flach



Parkmöglichkeiten:

Gertrudstraße am Freibad Orankesee



Anbindung:

Buschallee/Hansastraße (Bus 154, Bus 259, Tram)



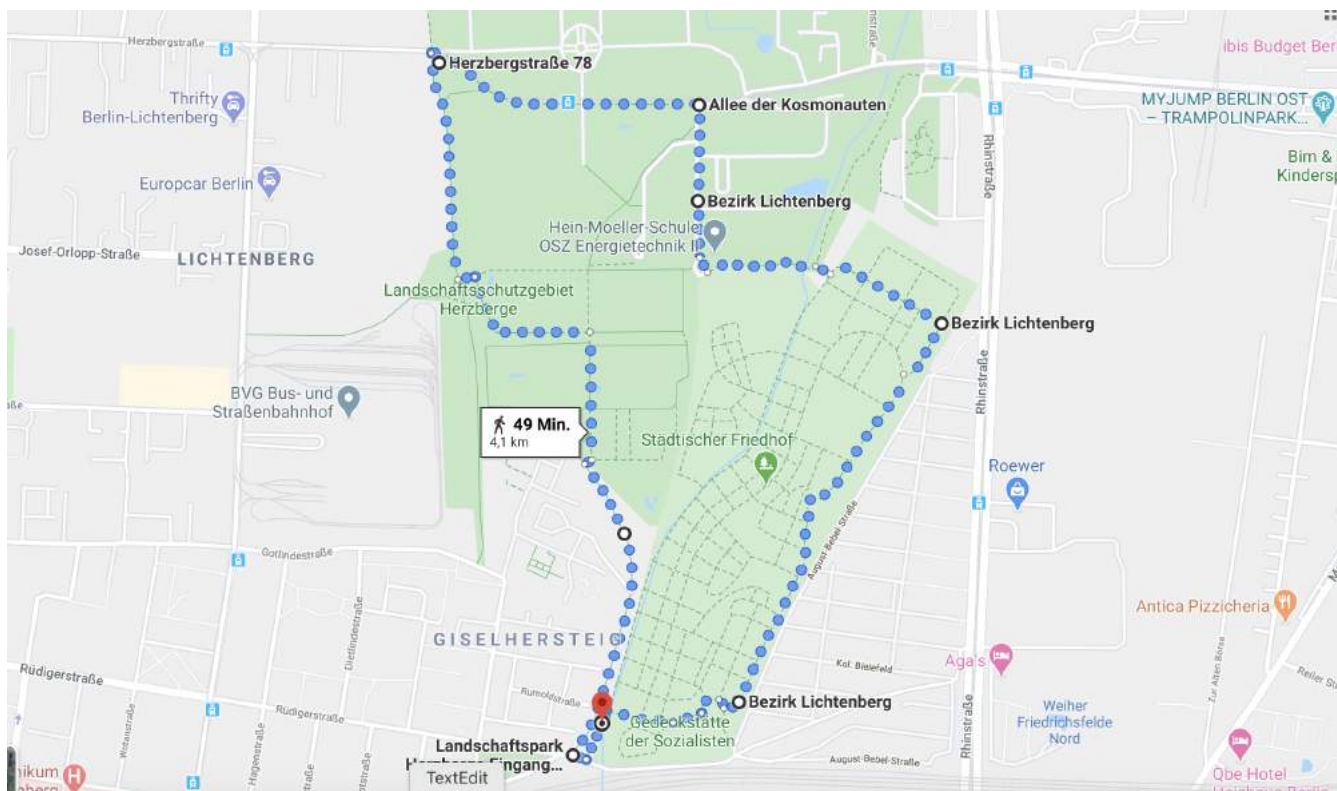
Highlights:

Freibad Orankesee, Naturlehrpfad Fauler See, Oberseepark, Wasserturm



Lichtenberg

Strecke 9: Lichtenberg



Start/Ziel: Herzbergstraße 78 (nahe Parkplatz) / Landschaftspark-Eingang



Streckenlänge: 4 km



Bodenbelag: Park- und Waldwege



Parkmöglichkeiten: Herzbergstraße 78



Anbindung:

S-Bahnhof Friedrichsfelde Ost (S5, S7, S75, Tram),
Herzbergstraße/Siegfriedstraße (Bus 256), EV Krankenhaus KEH (M8)



Highlights:

Revolutionsdenkmal, Denkmal der Sozialisten, Paradiesgärtlein

Treptow-Köpenick

Strecke 10: Treptower Park



Start/Ziel: Süd-West-Seite -> Nähe Parkplätze



Streckenlänge: ca. 4 km



Bodenbelag: Park- und Waldwege



Parkmöglichkeiten:

ggf. Gartencenter oder Parkhäfen (Treptower Park 1-71), B96a



Anbindung:

S-Bahnhof Treptower Park (S8, S9, S41, S42, S45, S46)



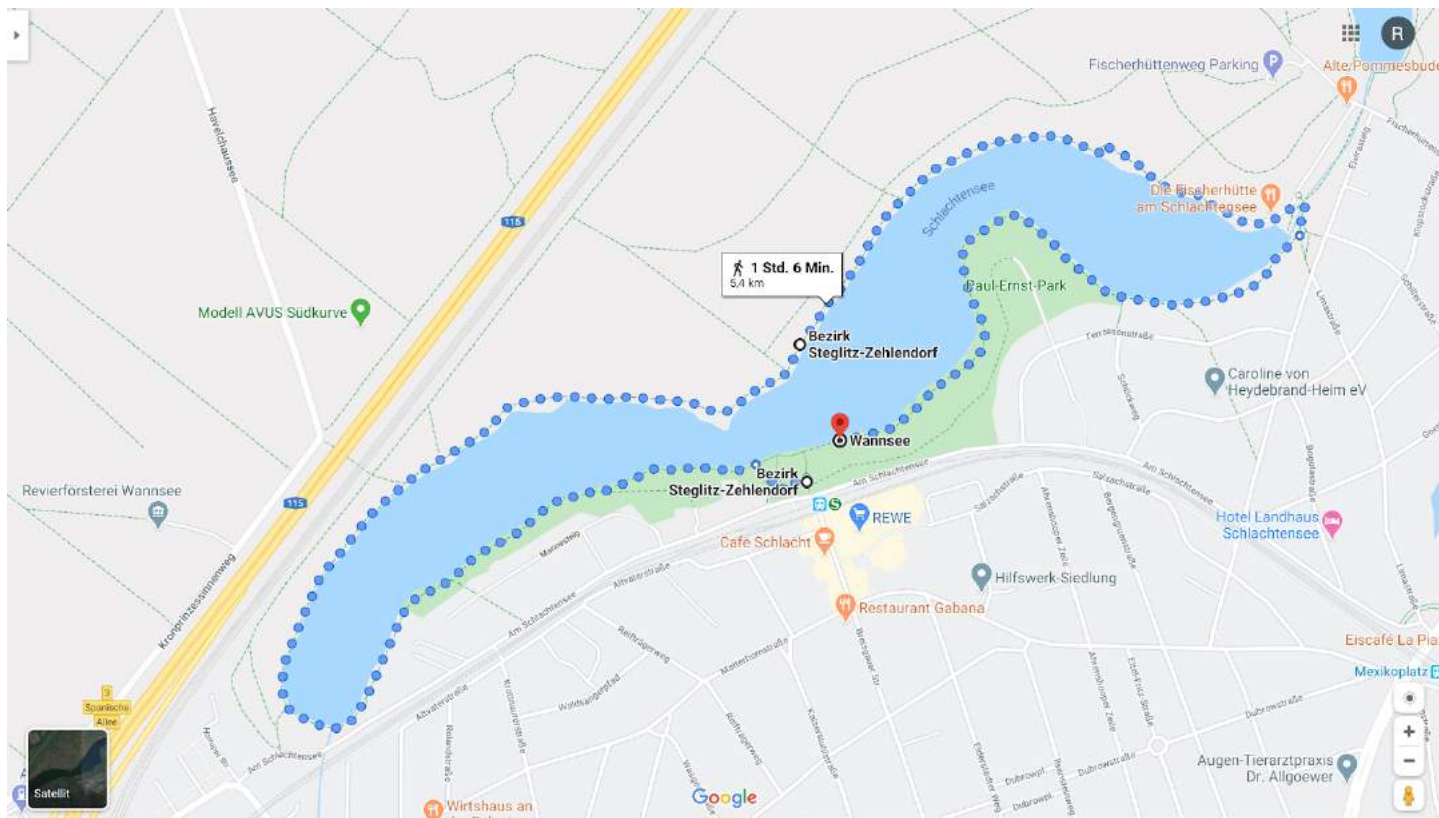
Highlights:

Treptower Hafen, Sowjetisches Ehrenmal Treptow, Route teilweise an der Spree entlang



Steglitz-Zehlendorf

Strecke 11: Schlachtensee



Start/Ziel: S-Bahnhof Schlachtensee



Streckenlänge: 5,5 km



Bodenbelag: Park- und Waldwege



Parkmöglichkeiten:
Rewe-Parkplatz, Am Schlachtensee



Anbindung:
S-Bahnhof Schlachtensee (S1)

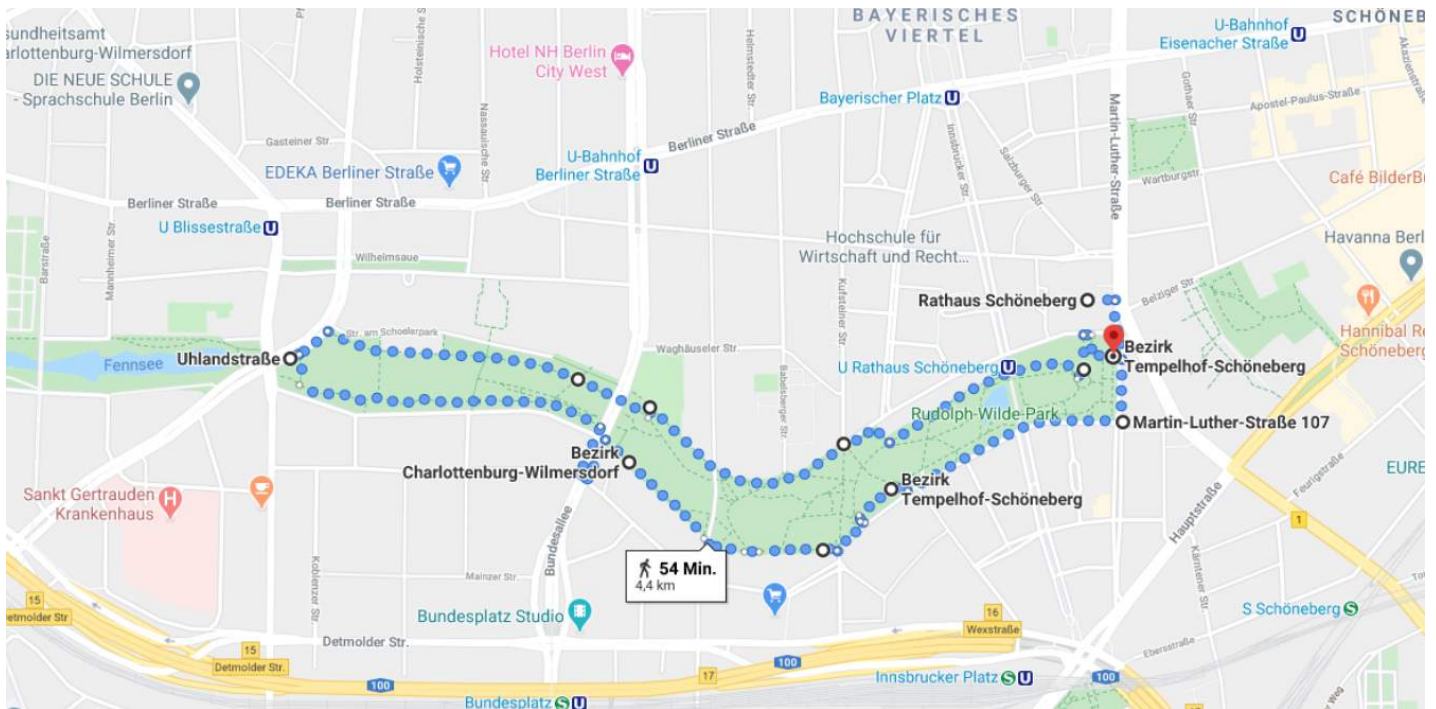


Highlights:
Bademöglichkeiten rund um den Schlachtensee und in nahegelegenen Seen



Tempelhof-Schöneberg

Strecke 12: Rudolph-Wilde-Park am Rathaus Schöneberg



Start/Ziel: Rathaus Schöneberg



Streckenlänge: 4,5 - 5 km



Bodenbelag: meist Parkweg



Parkmöglichkeiten:
diverse am Rathaus Schöneberg



Anbindung:
U Rathaus Schöneberg (U4, U7); Bus Rathaus Schöneberg (104, M46, M48)



Highlights:
schöner Park, schönes Rathaus