



Start und Ende: Grimmischall 21

Verlauf: Grimmischall – Seeufer – über den Eiserbachdammbach – rechts hoch bis zur Kreuzung L218/Seeufer- Seeufer rechts runter - In den Brüchen - Auf dem Stein – Am Kanal – Grimmischall.

Länge ca. 3,4 Kilometer

Dauer ca. 45 Min.

Geschwindigkeit ca. 4,6 km/Std

Höhenunterschied 42 Meter

Kalorienverbrauch ca. 390 kcal

Puls Ø 110 Schläge/Min.