

Natuur & Landschapslopen

in Juni & Juli 2010

Swartbroek – Weet naar aanleiding van mijn site bezoek dat heel veel runners veel belangstelling hebben voor mijn hardlooptkalender, maar zeker voor de Natuur & Landschapsloop kalender. Vandaar dat er naast de kalender welke in het clubblad van de avVN staat er een iets uitgebreidere met lopen in de Eifel of de grensstreek met Duitsland / België via mijn site is in te zien. Hoop dat u er veel plezier aan beleefd en als u vragen heeft over een of andere loop ben ik altijd bereid daar een antwoord op te geven.

Juni 2010

Woensdag 2	Hondsrug Marathon Zomerserie	21,1 – 42,2 km	11.00 uur
	Vanaf deze datum wordt er in dit gebied van Drents Friese Wold elke woensdag een halve of hele marathon georganiseerd. Info via www.dfwrillers.nl		
Vrijdag 4	Volkslauf Rohren D.	4,2 – 10 km	19.30 uur
	Vanaf de start gaat het gelijk over onverharde Eifelrische schotterwegen de bossen in, waarbij het in begin licht golvend omlaag gaat tot aan oversteek van beekje. Dan even vlak om langs een ander beekje lopend te stijgen tot aan de bron om even verderop bij hoogste punt uit te komen. Dan even steil omlaag, gevolgd door licht golvende wegen tot aan finish. Info via www.bergwacht-rohren.de		
Zaterdag 5	Omloop Grolloo Dr.	4EM – 10 km	vanaf 16.00 uur
	Dit jaar op een nieuw parcours, maar het blijft voor beide afstanden één grote ronde met veel variatie. Zo draaft u door lanen, langs weilanden met boswallen en deels door Staatsbossen waar de vennetjes en heivelden voor de nodige afwisseling zorgen. Al met al een prachtige omloop met helaas bijna allemaal verharde wegen of fietspaden. Info via www.omloopgrolloo.nl		
Zaterdag 5	Mitsommernachtslauf Konzen D.	5,5 – 14,1 km	vanaf 17.15 uur
	Hier gaan beide afstanden door een open landschap met mooie vergezichten en zijn licht golvend. Men rent voor 60% over onverharde wegen de rest zijn fietspaden of wirtschaftswegen. Beide lopen zijn ideaal voor weekendje Eifel. info Via www.tv-konzen-run-walk.de		
Zaterdag 5	Natuurloop Zutendaal België	5 – 10 – 21,1 km	
	Een heel mooie maar ook pittige natuurloop in en rondom een grote zandgroeve. Betekend dat u daar gedeeltelijk door de nieuwe natuur over licht golvende paden holt, maar ook langs bosranden en beekdalen, waarbij er een u brengt tot aan een watermolen tevens laagste punt in de route. Info via www.limburgrunning.tk		
Zondag 6	OMH Trail Aywaille België	33 km	10.00 uur
	Een ware trail die uit 98% onverharde wegen en paadjes bestaat. Ofwel crossen over een zeer technisch en gevarieerd parcours met single tracks door een mooi stuk van de Ardennen, met onderweg prachtige uitzichten, zeker vanaf de top van in de wielwereld befaamde "la Redoute" en dat betekend veel klimwerk. www.limburgrunning.tk		
Zondag 6	CZ Megaloop Landgraaf Lim.	5 – 10 -15 km	vanaf 11.00 uur
	Iets korter bij huis is het ook mogelijk om aan een behoorlijk golvende loop mee te doen welke door natuurgebied Strijthagen en over de hellingen rondom pinkpop terrein voert. Info via www.czmegaloop.nl		
Zaterdag 12	Run van Roden Gr.	10,5 – 21,1 km	vanaf 18.00 uur
	Een halve natuurloop met meerdere ronden vanuit brinkdorp Roden, o.a. met klinkerwegen en asfalt, daarna gaat het de Mensinghe bossen in en rent men over onverharde wegen en paden. Info via www.runvanroden.nl		
Zaterdag 12	Hoeve a.d. Weg boslopen Dr.	6 – 8 – 10 – 16 – 21 km	11.00 uur
	Gewoon zoals een natuur / landschapsloop hoort te zijn, laagdrempelig en geen wedstrijd element. Is heerlijk draven over veelal schelpen of betonfietspaden door het prachtige Drents		

Friese Wold en dat over drie verschillende ronden van 3 – 8 – 10 km. Elke km is aangegeven en zo kan je combineren tot 21 km. Info via www.svfriesland.nl

- Zondag 13** **Maastrichts Mooiste Lim.** **15 – 5 km** **vanaf 11.00 uur**
Na de start op de markt loopt u eerst het oudste stadsdeel Wijck in om via de Servaasbrug de stadsparken met riviertje “de Jeker” te doorkruisen. Daarna gaat het richting Belgisch Kanne om dan te klimmen naar hoogste punt, vanwaar men een fantastisch uitzicht krijgt over de heuvels “Observant” en “st Pietersberg”. Via een tussenstuk rent men daarna dwars door de prachtige historische binnenstad naar Vrijthof en finish op de markt. Info via www.maastrichtsmooiste.nl
- Zondag 13** **3^e Natuurloop Achterbos Mol B.** **5 – 10 – 20 km** **vanaf 08.00 uur**
Gewoon een echte natuurloop met vrije start tot 11.00 uur voor de langste afstand. De omlopen zijn vrij vlak, maar gaan kris kras door de bossen. Dat voor zeker 90% over onverharde wegen of paadjes waarbij je vooral op de 20 km route leuke doorkijkjes hebt en veel afwisseling van omgeving. www.salus-nostra.be
- Zondag 13** **Natuurloop Meerwijck Gr.** **5 – 10 km** **vanaf 11.00 uur**
Vanaf de start bij het zwembad gaat het al snel de bossen in waar de helft van de onverharde wegen en bospaden op u liggen te wachten. En voor men de finish bereikt moet er nog een stuk zandstrand overwonnen worden. info via www.loopcircuit.nl
- Vrijdag 18** **Buffer Run Bingelrade Lim.** **6 – 10 km** **vanaf 19.50 uur**
Beide afstanden gaan over een Zuid-Limburgs plateau en dat betekend een grote licht glooiende omloop met fraaie vergezichten tot over de grens met onze oosterburen. Helaas allemaal verharde wegen Info via www.buffer-run.nl
- Zaterdag 19** **Groot Ginkelse loop Wekerom Gld.** **5 – 10,5 – 21,1 km** **10.00 uur**
Een heel mooie natuur – landschaploop over de Ginkelse heide waarbij u bijna geheel over onverhard wegen en paden kunt draven, of op de moeilijke stukken over de ernaast gelegen verharde fietspaden. Onderweg komt u over het geweldig mooie militaire oefenterrein Edese heide, planken Wambuis en waarschijnlijk langs de schapen of koeien nabij Mosselse zand. Info via www.grootginkelseloop.nl
- Zaterdag 19** **Leijenloop Opeinde Fr.** **5 – 12 – 21 km** **14.00 uur**
De organisatie laat u via allerlei landwegen en paadjes rondom het grote Leijenmeer hollen waarbij men door meerdere natuurgebieden komt. Info via www.leijenloop.nl
- Zaterdag 19** **Aterstaosejogging Tongeren B.** **10,8 – 5,4 km** **vanaf 15.00 uur**
Heel leuke natuurloop over veelal onverharde wegeltjes in de fruitstreek rondom Tongeren. Dat is een behoorlijk glooiend gebied met holle wegen en houtwallen, die de fruitbomen moeten beschermen tegen vorst en wind. Info via www.aterstaosejogging.be
- Zondag 20** **1^e Veluwezoom Trail Laag Soeren** **50 km** **09.00 uur**
Al weer een nieuwe natuurloop op de kalender, welke door een van onze leden wordt georganiseerd in een bijzonder mooi stukje van Nederland. Wie ooit heeft meegedaan bij de hardloop4daagse, bedriegertjesloop of 3^e kerstdagloop, enz. herkent zeker enkele gedeeltes van deze behoorlijk golvende, pittige omloop die voor 95% bestaat uit onverharde bos en heipaden. Info via www.veluwezoomtrail.nl
- Zaterdag 26** **4^e halve marathon Steenwijk Ov.** **5 – 10,5 – 21,1 km** **vanaf 18.00 uur**
Hier wordt u vanaf de atletiekbaan via de kortste weg richting landgoed “Heerlijkheid van Eese ingestuurd. Daar wordt gerend over prachtige ver en onverharde wegen om na 14 km via onverharde paden door natuurgebied “de Woldberg” te hollen. Hierna volgen verharde paden en wegen tot aan de atletiekbaan. Info via www.start78.nl
- Zaterdag 26** **Rakkeschlauf Roetgen D.** **5 – 10 – 21,1 km** **vanaf 17.00 uur**
Schitterende halve marathon over een spectaculair parcours, wat grotendeels door de bossen van Duitsland en Belgisch Venn gaat. Onderweg klimt u over de bekende onverharde Eifel

wegen langs een beekdal liefst 300 hoogte meters en daarbij komt u langs een klein maar mooi stuwmeer. Info via www.tv-roetgen.de

Zondag 27 Galgenvenloop Berkel-Enschot NBr 5 – 10 -16,1 km vanaf 14.00 uur
Vooral de 10 EM is een uitdagende loop over een grote ronde, die deels onverhard is met bredere fietspaden en dan weer smalle bospaden of landwegeltjes waarbij men door het natuurgebied en uiteraard “Gagelven” rent. info via www.galgenvenloop.nl

Woensdag 30 1^e de Linde rond Wolvega Fr. 5 – 10 – 16,1 km 19.00 uur
Nieuwe natuurloop welke vanaf skeelerbaan Wolvega zo snel mogelijk het buitengebied (wyken) ingaat, waarbij men over ver en onverharde wegen en paden langs riviertje “de Linde” rent. info via www.svfriesland.nl

JULI 2010

Strandlopen afstanden tot 10 km vanaf 19.00 uur
In de zomermaanden worden er in veel plaatsen langs de kust of op Texel strandlopen georganiseerd. Omdat het meestal kortere afstanden over meerdere onverharde rondjes zijn is het ondoenlijk om ze allemaal in de kalender op te nemen.

Zaterdag 3 10^e Van bank tot bank loop Heerde Gld. 5 – 15 km 18.00 uur
Dit is een van de grotere wedstrijdlopen, maar gaat over een grote ronde door de Noord-Oostelijke Veluwe en dat betekent dat de omloop licht golvend is en zich grotendeels afspeelt in de bossen en dat kan bij felle zon toch lekker lopen zijn. Info via www.vanbanktotbank.nl

Volkslauf & halbmarahton Eicherscheid D. 10 – 21,1 km vanaf 16.45 uur
Absoluut een aanrader in landschapslopen, gezien u langs veel Eifelhuizen / boerenerven komt waar omheen hoge beukenhagen staan. Dit om de wind die altijd over het plateau waait waardoor je van geweldige vergezichten kan genieten tegen te houden. Parcours is behoorlijk golvend en bestaat uit een lus van 10 km en een 2^e lus van 11 km waar het venijn in het staartje, na km 17 zit. Info via www.germania-eicherscheid.de

Zondag 4 Boeren Bergloop Bemelen Lim. 7,5 – 15 km 11.00 uur
Beide lopen starten tegelijk waarbij men tot aan de splitsing over dezelfde onverharde en golvende omloop draaft. Hier gaat de 7,5 km linksaf en krijgt gelijk de eerste van de 2 beklimmingen voor de kiezen. Eenmaal boven kan men ook de 15 km atleten via een andere bult omhoog zien te komen. Daarna wacht op beiden groepen nog de Bemeler berg om ook het laatste stuk weer over dezelfde dalweg richting finish te rennen info www.bemelsbeste.nl

Zaterdag 10 3^e Hoeve a.d. weg bosloop.
Zie zaterdag 12 juni.

Zaterdag 10 Stausee volkslauf Obermaubach D. 5 – 11 km vanaf 17.00 uur
Na de aanloop over de stuwdam gaat het gelijk via Eifelwegen omhoog de bossen in en dat is binnen 3 km 120 m. klimmen tot op het hoogste punt. Daarna gaat het steeds omlaag tot aan 8 km punt. Hierna volgt men het golvende pad langs het stuwmeer.

Vrijdag 16 Rund um Sussendell Stolberg D. 5 – 10 km vanaf 18.45 uur
Ook bij deze loop gaat het vanaf de atletiekbaan gelijk de velden en daarna via onverharde wegen de bossen in. Onderweg moet er 2 x een bult van 75 hoogtemeters worden overwonnen en vooral de 1^{ste} is pittig. Info via www.lac-mausbach.de

Zaterdag 17 Unive Midzomer Marathon Diever Dr. 10 – 20 – 30 – 42,2 km 17.00 uur
Na een korte aanloop vanuit Diever blijft men in het buitengebied / Drents Friese Wold zijn rondjes van 10 km draaien over verharde wegen, stuk beton fietspad en daarna schelpenpaadjes. Daarna ook nog stuk klinkerweg. Info via

Zaterdag 17 ??? Bosselbachloop Vossenack D. 5,7 – 9,7 km vanaf 18.30 uur
Alweer een loop in de Eifel welke in begin omlaag loopt om dan steeds vals plat voor je te zien. Hierna is het van 430 golvend dalen naar 250 meter en vooral dat is de grootste aanslag op de bovenbenen. Hierna volgen weer golvende klimmetje die je naar 416 m. boven zee hoogte brengen. Voor iedereen een jubileum presentje. Info via

- Zondag 25 JSC Kermisloop Broekland Ov. 2,4 – 5 – 10 km vanaf 11.00 uur**
 Een heel leuke natuurloop in een versierd dorp waar de bewoners je vanaf allerlei buurt terrasjes je aanmoedigen. Maar voor je door die wijken mag rennen wordt je door de organisatie over allerlei onverharde bos en graspaden van een landgoed gestuurd. Voor de 10 km loop is dat twee keer genieten. Info via
- Zondag 25 Bosloop Tessenderlo B. 4 – 8 – 13 km vanaf 10.30 uur**
 Iedere 5 minuten start er een groep / afstand over zijn eigen route die voor 98% bestaat uit boswegeltjes. Achteraf zeer gezellig door de barbecue a 5 euro en geweldige tombola en rand omlijsting. Iedereen een t shirt. In België een 5 ***** loop. info via www.limburgrunning.tk
- Zaterdag 31 Lauwersoog Ulrum Gr. 10 – 21,1 vanaf 13.30 uur**
 Na de start op het haventerrein gaat deze mooie maar vaak heel zonnige landschapsloop al slingerend langs bosranden met uitzicht over het Lauwersmeer richting Zoutkamp. Na dit pitoreske dorpje gaat het over landelijke wegen naar Ulrum. www.halvemarathon.nl

Augustus 2010

- Vrijdag 6 ½ marathon van Dalfsen Ov. 10 – 21,1 km 18.00 uur**
 Deze loop door het prachtige buitengebied van Dalfsen bestaat eigenlijk uit 2 lussen. De eerste lus van 10 km voert u over dijkjes langs de vecht met prachtig uitzicht en na de sluis komt u langs de Havenzathen (pronkjuweeltjes van boerderijen). De 2^e lus gaat meer door lanen, stukjes bos of langs houtwallen, is iets meer golvend en daar zitten ook wat onverharde stukjes in. Info via www.stokvisdennen.nl
- Vrijdag 6 Ronde vom See Butgenbach B. 4 – 11,2**
- Zondag 8 Monschau Marathon Konzen D. 42,2 km 08.00 uur**
 Deze fantastische maar o zo pittige loop door de Eifel behoeft in feite geen aanbeveling. Het is Gewoon een grote happening. Info via www.Monschau-marathon.de