

TRADITIONELLER ABLAUF

Der Wingertslauf als Wettkampf wurde zum 111ten Jubiläum des TuS 04 Monzingen e.V. im Jahr 2015 ins Leben gerufen.

Seither messen sich stets am zweiten Sonntag im Juli Läuferinnen und Läufer auf der Strecke.

Die 7,75 km-Variante mit dem beschriebenen Single-Trail und der Treppenpassage ist am Wettkampftag zweimal zu absolvieren, sodass dann 15,5 km zu laufen sind.

Alternativ kann auch eine leicht angepasste 7,5 km lange trail-freie Runde gelaufen werden.



SO KOMMEN SIE ZUM START

Der Bahnhof in Monzingen ist nur 300 Meter vom Start entfernt. Auf der Bahnstrecke zwischen Mainz und Idar-Oberstein halten hier zahlreiche Züge in beide Richtungen.

Am Bahnhof sowie am benachbarten Vereinsheim des TuS 04 Monzingen kann auch geparkt werden. Die Bundesstraße 41 führt hier ebenfalls unmittelbar vorbei. Von dort gelangt man durch eine Unterführung sicher unter der B41 hindurch zur Straße „Zum Frühlingsplätzchen“ und an deren Ende zum Start- und Zielpunkt des Wingertslaufs am Kelterhaus.

Die zentrale Lage im Nahetal ermöglicht damit eine flexible Anreise mit Zug, Bus, Fahrrad oder Pkw aus dem ganzen Naheland.

Da der Wingertslauf ein Rundkurs ist, kann ein Einstieg auch an anderen Stellen erfolgen. So ist der Ort Weiler nur 400 Meter vom Wingertslauf entfernt. Von Monzingen aus erreicht man den Weg zusätzlich über den Steg „Zur Schönen Aussicht“ an der Soonwaldstraße. Auch über die Römerstraße gelangt man binnen weniger Gehminuten auf die Strecke.

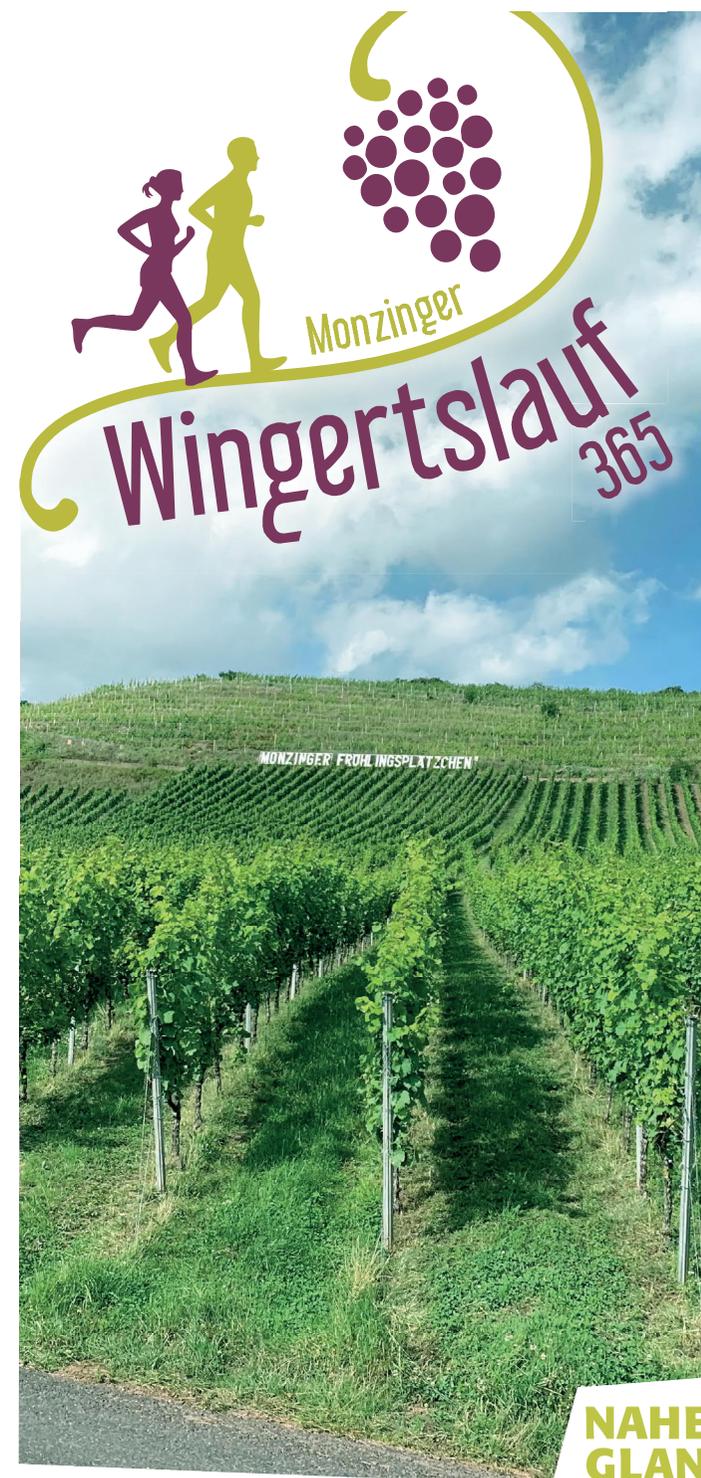
Mehr Informationen: Wingertslauf.de 

Ihr findet den Wingertslauf auch auf **Facebook** 



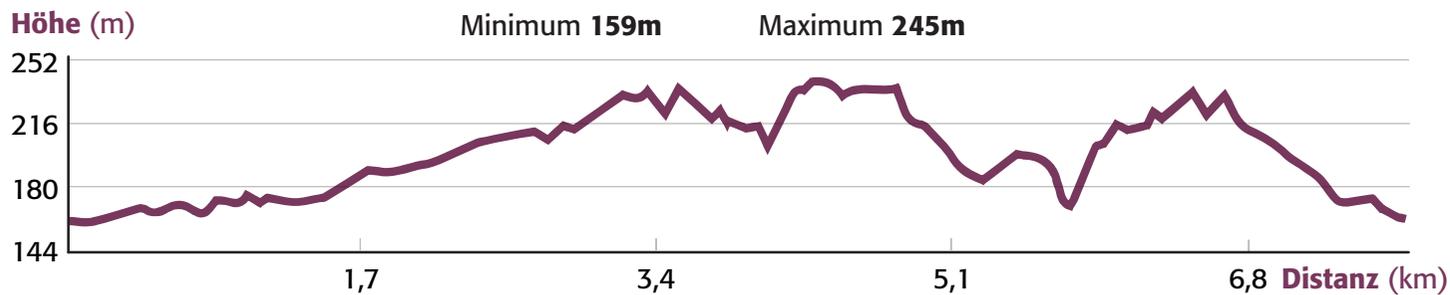
Verantwortlich:
TuS 04 Monzingen e.V.
Postfach 13
55569 Monzingen
TuS04Monzingen.de

Mit freundlicher Unterstützung durch den europäischen Landwirtschaftsfonds für die Entwicklung des ländlichen Raums.





a Start/Ziel **b** Frühlingsplätzchen **c** Weinbergschaukel **d** Single-Trail **1-7** = Kilometer



AKTIV DURCH DIE WEINBERGE MIT TOLLER AUSSICHT ALS BELOHNING

Der Wingertslauf bietet zur sportlichen und aktiven Freizeitgestaltung ein außergewöhnliches Umfeld und eine anspruchsvolle Strecke.

Durch die sonnigen Weinberge des „Frühlingsplätzchens“ führt der Wingertslauf zunächst in Richtung der Gemeinde Weiler. Nach einer Spitzkehre geht es bergauf, vorbei an der „Schönen Aussicht“ und wenig später wieder bergab durch schattigen Wald in Richtung Monzingen.

Kurz oberhalb der Stadtmühle zweigt die Laufstrecke ab in den urigen „Nachtigallenweg“. An dessen Ende wartet als echte Herausforderung ein steiler Single-Trail. Anfangs gar mit Treppenstufen steigt dieser schmale Pfad hinauf fast bis zur „Schönen Aussicht“. Von dort führt die Strecke dann wieder talwärts zurück zum „Frühlingsplätzchen“ und zum Ausgangspunkt, dem Start und Ziel am Kelterhaus.

Die 7,75 km lange Strecke ist zu 90% nicht asphaltiert und hat nach der westlichen Spitzkehre auch einige Höhenmeter.

Leistungsorientierten Läuferinnen und Läufern bietet der Wingertslauf durch die steten Wechsel von Steigung, Flachpassage und Gefälle optimale Trainingsmöglichkeiten.

Der Wingertslauf kann auch in gemütlichem Tempo absolviert werden. So manche Bank sowie die „Schöne Aussicht“ - ein sehr beliebter Rastpunkt mit Weinschaukel und Sitzgelegenheit mit Blick weit ins Nahetal - laden zum Verweilen und Verschnaufen ein.

Die gut ausgeschilderte Strecke eignet sich daher auch zu einer mittelschweren und facettenreichen Wanderung oder Walking-Runde.