

**Wegeverlauf/travel history**

RENNSthike

akt. 22.04.2019

<b>XTREM-MARSCH</b>	Abstand		Höhe	Wege	VP	CHECK	Beschreibung/description	Ankunft/Arrival	
<b>04./05. MAI 2019</b>	distance		üNN	Symbol	Cat.	POINT	Geschwind./speed	last	first
<b>Blankenstein</b>	0		415		<b>X</b>	<b>START</b>	Am Selbstzplatz	08 :00	
Schlegel									
Rodacherbrunn									
Grumbach									
<b>Brennersgrün</b>	20,7	20,7	705		<b>X</b>	<b>X</b>	Rennsteighaus	12:45	10:45
Steinbach am Wald									
<b>Spechtsbrunn</b>	39,1	18,4	696		<b>X</b>	<b>X</b>	NIZ "Kalte Küche"	16:45	13:15
Ernstthal									
Neuhaus							Sonnenuntergang:	20:50	Uhr
Limbach									
<b>Friedrichshöhe</b>	62,7	23,6	800			<b>X</b>	Naturparkzentrum	21:45	16:15
<b>Masserberg</b>	70	7,3	785		<b>X</b>		Ski-Stadion am Rennsteig	23:45	17:15
Kahlert									
<b>Neustadt am Rstg.</b>	79,5	9,5	787			<b>X</b>	Q1 Tankstelle	01:45	18:45
Gr. Dreiherrenstein							(historischer Mittelpunkt des Rennsteigs)		
Allzunah								(dunkel /dark)	
Schmücke							Sonnenaufgang:	05:42	Uhr
Gr. Beerberg			973				(höchster Punkt des Rennsteigs)		
Suhler Ausspanne									
<b>Oberhof/Rondell</b>	105,8	26,3	826		<b>X</b>	<b>X</b>	Reception AWO SANO	07:30	22:00
Obelisk Grenzadler							Biathlon-Stadion		
Sperrhügel									
<b>Neue Ausspanne</b>	122,3	16,5	715		<b>X</b>	<b>X</b>	Am Rennsteighaus	11:15	00:30
Alte Ausspanne									
Heuberghaus									
Grenzwiese									
<b>Großer Inselsberg</b>	137,4	15,1	916		<b>X</b>	<b>X</b>	Berggasthof Stöhr/Aussichtsturm	14:30	02:15
Venezianerstein									
<b>Dreiherrnstein</b>	142,3	4,9	740			<b>X</b>	Waldschänke		
Glasbach									
Glöckner									
Gr. Meilerstätte									
Auerhahn	148	5,7	676		<b>X</b>		Bergwacht Ruhla	16:45	03:45
Ruhlaer Häuschen									
<b>Hubertushaus</b>	151,1	3,1	553				Am Biergarten		
<b>Hohe Sonne</b>	155,8	4,7	434				Am Grillimbiss		
<b>Altenberger See</b>	159,1	3,3	360		<b>X</b>	<b>X</b>	Reception Campingplatz	19:15	05:15
Sallmannshäuser Rstg.									
<b>Lutherstammort Möhra</b>	166,5	7,4	292			<b>X</b>	Am Lutherdenkmal		
<b>Pumpälzsteg</b>	170,4	3,9	279			<b>X</b>	mit Zeitschranke	21:45	06:45
<b>Start und Ziel</b>	<b>Staffelwechsel</b>						<b>Check Point mit/to login!</b>		

Folge "R" und roten Koboldgesicht/Follow "R" and red gray leprechaun face

**Nacht/nightpass.:** mit Handy, Stirnlampen und Batterien/Yellow fields: with headlights and batteries

Notfall 112 oder Hotline 0172 357 4694/emergency 112 or hotline 0172 357 4694 (Handypflicht!)

**Getränke/Drinks:** Tee/Tea, Wasser/Water, Cola, Kaffee/Coffee

**Essen/Food:** Früchte/Fruits, Brote/Breads, Zwieback/biscuit, Suppen/Soup (3 VP)

vorbehaltlich Änderungen/Subject to change

Zeitstrafen bei Zeitunterschreitungen - Bei Zeitüberschreitungen endet der Marsch