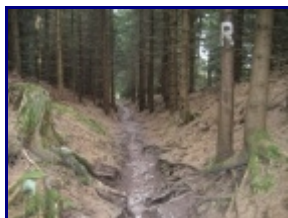


Teil 5

Turmbaude Masserberg - Schwalbenhauptwiese (3,9 Kilometer, 40 Meter Aufstieg, 178 Meter Abstieg)



Der berühmte Hohlweg



Schweres Gelände



Ende Hohlweg



Triniusbaude

Vor Ihnen liegt nun der aus meiner Sicht reizvollste Abschnitt der Strecke, weil am ursprünglichsten erhalten und seit vielen Jahren Reizthema vieler Diskussionen. Einige Läufer, denen die Endzeit wichtig ist, wollten den berühmt berüchtigten "Hohlweg" komplett eliminieren, dafür lieber eine ebene und schnellere Strecke laufen. Rennsteigläufer mit Herzblut sowie der gesamte Rennsteiglaufverein haben sich seit jeher dagegen ausgesprochen und sogar im Rahmen einer Mitgliederversammlung für den Erhalt dieses Abschnittes votiert. Sicher, dieser Kilometer ist sehr schmal, ein Überholen fast unmöglich. Er ist durch Wurzeln, Äste und Steine schwierig zu belaufen sowie bei Nässe heimtückisch glatt. Aber er charakterisiert den größten Crosslauf Europas deutlich wie kein anderer Streckenteil. Und es ist nach wie vor ein Crosslauf, wenn durch asphaltierte Straßenabschnitte auch nur noch zu zwei Dritteln.

Nachdem Sie sich unmittelbar an der **Turmbaude** oberhalb von Masserberg, dem höchsten Punkt auf der Strecke, frisch gestärkt haben, laufen Sie bis zur Schwalbenhauptwiese tendenziell bergab. Auf dem ersten Kilometer bis zur Straßenquerung am Ortseingang **Masserberg** sind es 56 Meter abwärts. Dann wieder 40 Meter über die Wiese am Westrand von Masserberg auf den Fehrenberg (819m) hinauf. Bei schönem Wetter bietet sich bei den Wiesen und in der Höhe des Skihanges ein freier Blick. Beer-, Eisen- und Finsterberg, Kickelhahn, Neustadt mit dem Kienberg, der Lange Berg bei Gehren, die Meuselbacher Kuppe, Oberweißbach mit dem Fröbelturm - lassen Sie Ihren Blick ruhig einmal schweifen.

Dann beginnt der eigentliche Crosslauf wie oben beschrieben. Ein kurzes gerades Stück, dann rechts über eine kleine Holzbrücke und dann liegt er vor Ihnen, der Hohlweg mit mehreren Richtungsänderungen. Laufen Sie dort vorsichtig und genießen Sie seine Ursprünglichkeit. Wer noch Lust hat, achtet bitte auf die richtungsweisenden Kerben auf den Köpfen der Rennsteigsteine. Unterhalb des Hohlweges stoßen Sie auf einen Fahrweg, dem Sie nach rechts zur **Triniusbaude** folgen. Den Namen hat diese beliebte Wandergaststätte vom grasbewachsenen **Triniusstein** auf der linken Wegseite, einem Porphyritfelsen mit einer Gedenktafel zur Erinnerung an August Trinius (1851-1919), einem Thüringer Heimatfreund, Wanderer und Heimatschriftsteller. Hier erwartet Sie eine kleiner Verpflegungspunkt mit Obst und Getränken, bevor Sie auf der asphaltierten Straße nach links laufen.

Die Straßenkreuzung an der **Schwalbenhauptwiese** (703m) trennt die Wege rechts ins Massetal nach Katzhütte und nach links durch das Rehbachtal nach Gießübel - Schönbrunn und Eisfeld. Die beiden Straßeneinmündungen sind etwa 30 m versetzt.

Frank Lehmann
GF Laufladen Erfurt