

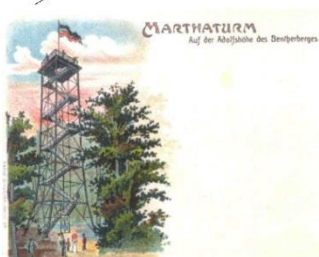
Samstag, 16. September 2023

Start um 7:30, **REWE** am Bahnhof Empelde

MTB-Marathon über die sieben höchsten Gipfel der Region Hannover

(42 % Asphalt, 56 % Gravel, 2 % Trail)

110 km, 2100 Hm Anstieg, bis 18% Steigung
zzgl. 100 Höhenmeter für 4 Turmbesteigungen



	km (Summe)	aktuelle Höhe	Hm (Summe)
Bf. Empelde 	0	50	0
Benther Berg	5	173	125
Gehrdener Berg	10	154	225
Annaturm Deister 	23	405	650
Süntelturm 	41	440	1050
Ith-Turm	63	439	1450
 REWE in Salzhemmendorf 			
Löns-Turm Thüster Berg	78	441	1800
Fast/Osterwald	94	419	2050
Sennhütte Osterwald 	95	350	2050
Bf. Völksen 	110	100	2100



Organisation: Bernd Blauert-Segna (pr@alpenverein-hannover.de)

Anmeldung bis 12.09. [hier](#)

und zusätzlich per Mail mit vollständigem Namen und Angabe der Handy-Nr.
Eine „spontane“ Teilnahme ist aus organisatorischen Gründen nicht möglich!