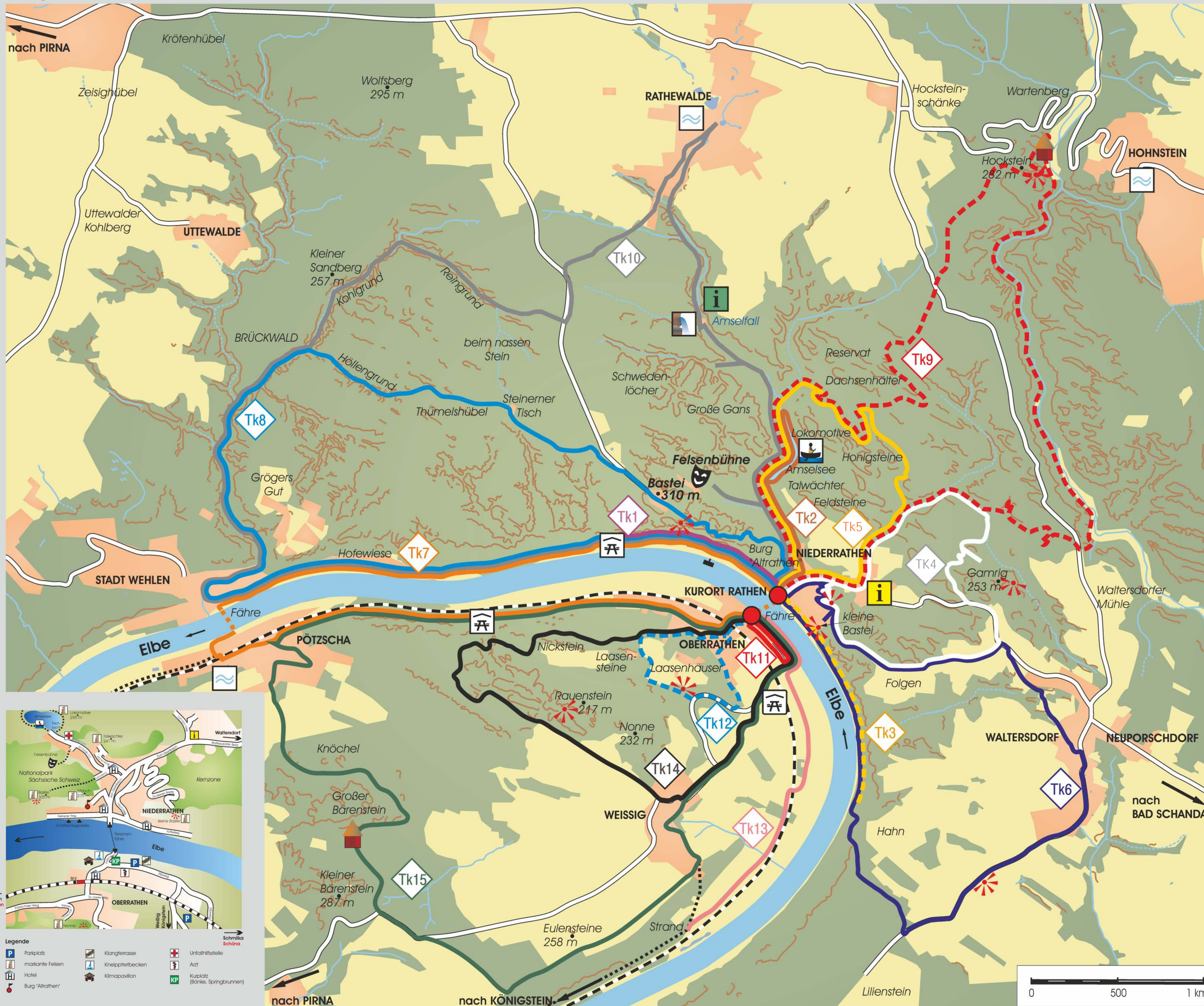




# Terrainkurwegenetz Luftkurort Rathen



- Legende**
- Parkplatz
  - markante Felsen
  - Hotel
  - 
  - 
  - 
  - 
  - 
  - 
  -

- Lauftreffpunkt/ Kartenstandort
- Informationsstelle Nationalpark
- überdachter Rastplatz
- Freibad
- Amselfall
- Touristinformation
- Aussichtspunkt
- Schutzhütte
- Felsenbühne
- Gondelteich

## Übersicht über die Terrainkurwege

### Niederrathen

- TK 1: Elbpromenade, Hin-/Rückweg 2,0 km, 30 min
- TK 2: Amselseerundweg 2,7 km, 40 min
- TK 3: Einsiedlerweg, Hin-/Rückweg 3,0 km, 50 min
- TK 5: Feldsteinrundweg 4,3 km, 1h 10 min
- TK 4: Gamrigring 4,8 km, 1h 15 min
- TK 6: Rundweg Waltersdorf, GUS 6,8 km, 1h 45 min
- TK 7: Rollstuhlrundweg, GUS 6,9 km, 1h 50 min
- TK 8: Basteirundweg 9,3 km, 2h 25 min
- TK 9: Polentzta Rundweg 10,4 km, 2h 45 min
- TK 10: Großer Rundweg 12,5 km, 3h 10 min

### Oberrathen

- TK 11: Rundweg Klangterrasse 0,9 km, 15 min
- TK 12: Laasenrundweg 2,4 km, 50 min
- TK 13: Strand, Hin-/Rückweg 4,5 km, 1h 10 min
- TK 14: Kleiner Rauensteinring, GUS 5,3 km, 1h 25 min
- TK 15: Großer Rauensteinring, GUS 10,2 km, 2h 35 min

GUS: Laufrichtung gegen den Uhrzeigersinn

(Rote Terrainkurwege: forciertes Gehen)

(Blaue Terrainkurwege: normales Gehen)

## Leistungsanforderung:

- 50 bis 75 Watt (durchschnittlich belastbar, anspruchsvolle Teilstrecken)
- bis 50 Watt (schwach belastbar)

Wissenschaftl. und grafische Erarbeitung:  
**Forschungsinstitut für Balneologie und Kurortwissenschaft Bad Elster**