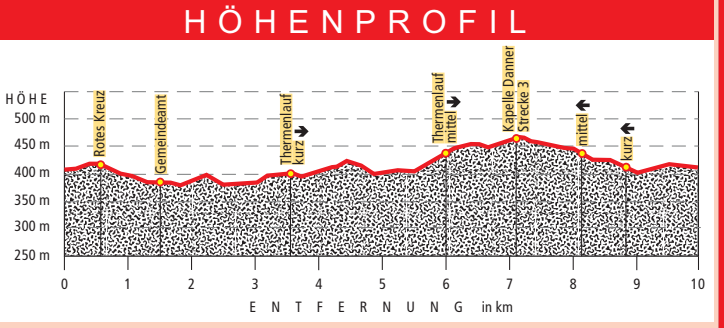


# 1 Thermenlauf

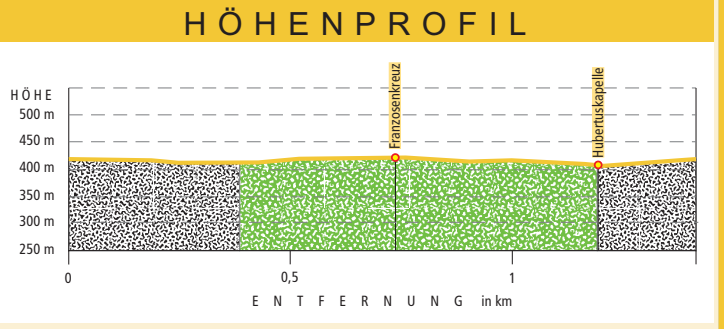
**Ausgangspunkt:** Volksschule  
**Streckenlänge:** 10.000 m  
**Höhenmeter:** 180 m



**STRECKENVERLAUF**  
 Der Thermenlauf startet bei der VS und führt von dort bergauf zur Starttafel, der Bewegungsarena. Weiter bergab durch Geinberg, nach Neuhaus, durch Nonsbach bis zur Danner Kapelle, wo sie auf die "Schlanke Linie Runde" trifft. Entgegen dieser zurück nach Geinberg. Schöne, durchgehend asphaltierte Strecke, alle 1.000 m markiert - daher ideal als Trainingsstrecke geeignet. bei km 3,6 Abk. I: Länge Thermenlauf kurz (Damen): 5.300 m bei km 6,0 Abk. II: Länge Thermenlauf mittel: 8.800 m

# 2 Raiffeisen-Runde

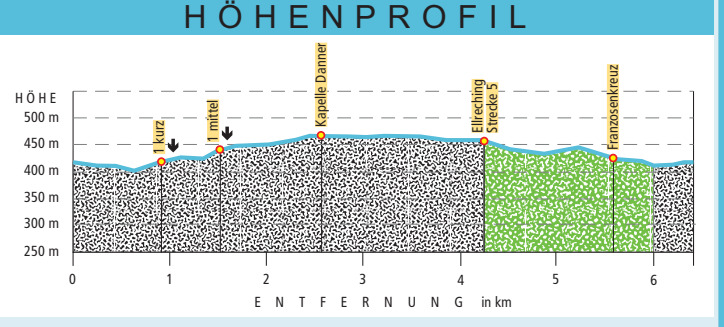
**Ausgangspunkt:** Rotes Kreuz  
**Streckenlänge:** 1.400 m  
**Höhenmeter:** 20 m



**STRECKENVERLAUF**  
 Startet gemeinsam mit Strecke 3 + 5 und verläuft dann großteils im Geinberger-Wald auf Naturboden. Die Raiffeisen-Runde ist besonders für Nordic Walker, Lauf-Einsteiger oder einfach nur zum Genießen und Entspannen geeignet.

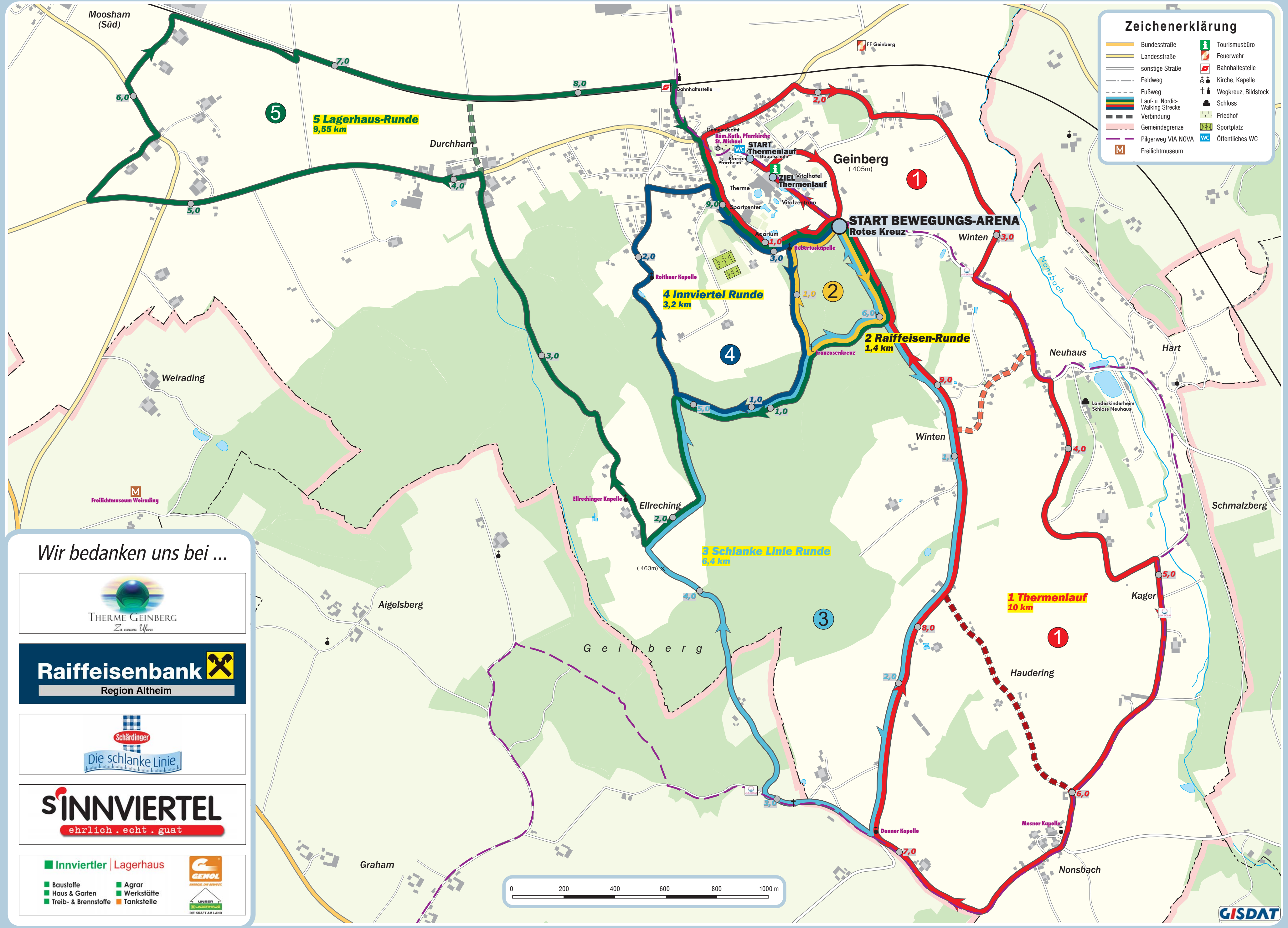
# 3 Schlanke Linie Runde

**Ausgangspunkt:** Rotes Kreuz  
**Streckenlänge:** 6.400 m  
**Höhenmeter:** 80 m



**STRECKENVERLAUF**  
 Die Schlanke Linie Runde startet gemeinsam mit Strecke 2 + 5 und führt entgegen des Thermenlaufs bis zur Danner Kapelle. Weiter bis Ellreching, durch den Geinberger-Wald und wieder zurück zum Ausgangspunkt. Diese nur leicht kupperte Strecke mit wechselndem Untergrund bietet traumhafte Aussichten und kann in Verbindung mit der Innviertel Runde oder der Lagerhaus-Runde je nach Kondition verlängert werden.

# BEWEGUNGS-ARENA GEINBERG

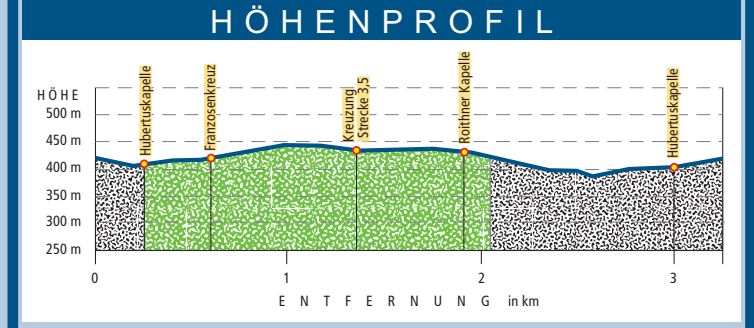


**Zeichenerklärung**

	Bundesstraße		Tourismusbüro
	Landesstraße		Feuerwehr
	sonstige Straße		Bahnhaltestelle
	Feldweg		Kirche, Kapelle
	Fußweg		Wegkreuz, Bildstock
	Lauf- u. Nordic-Walking Strecke		Schloss
	Verbindung		Friedhof
	Gemeindegrenze		Sportplatz
	Pilgerweg VIA NOVA		Öffentliches WC
	Freilichtmuseum		

# 4 Innviertel Runde

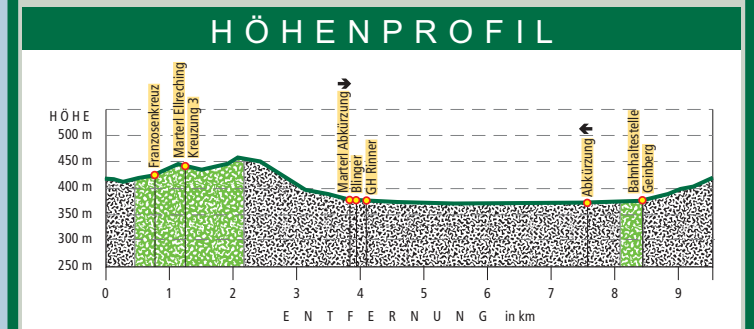
**Ausgangspunkt:** Rotes Kreuz  
**Streckenlänge:** 3.200 m  
**Höhenmeter:** 65 m



**STRECKENVERLAUF**  
 Die Innviertel Runde startet bergab mit dem Thermenlauf, quert nach 200 m die Straße und führt dann entgegen der Raiffeisen-Runde zum Franzosenkreuz. Weiter entgegen der Schlanke Linie Runde und gemeinsam mit der Lagerhaus-Runde bis 1,35 km. Vorbei an der Roithner Kapelle, mit Blick auf die Kirche zurück nach Geinberg. Die Innviertel Runde ist für jeden leicht zu bewältigen und belohnt mit einer traumhaften Aussicht bis Bayern.

# 5 Lagerhaus Runde

**Ausgangspunkt:** Rotes Kreuz  
**Streckenlänge:** 9.550 m  
**Höhenmeter:** 110 m



**STRECKENVERLAUF**  
 Die flache Lagerhaus Runde startet gemeinsam mit Strecke 2 + 3 und führt dann entgegen der Schlanke Linie Runde bis Ellreching. Weiter nach Durchham wo die Runde abgekürzt werden kann (Länge der abgekürzten Runde 6.100 m). Entlang des Radweges bis Moosham, die Hauptstraße queren, entlang des Geleises vorbei am Industriegebiet Moosham und dem Bahnhof Geinberg führt die Runde wieder zurück zum Start. Lange, abwechslungsreiche Runde für konditionstarke Walker und Läufer.

**Wir bedanken uns bei ...**

**leicht mittel**

**Laufen**

**Nordic Walking**

**Naturboden**

**Asphalt**

BEWEGUNGS-ARENA Geinberg - Folder erhältlich bei

**S'INNVIERTEL**  
 ehrlieh . echt . guat

Tourismusverband s'INNVIERTEL, Thermenplatz 2, A-4943 Geinberg, Tel.Nr.: +43(0)7723/85 55, www.innviertel-tourismus.at

**REAKTIV TRAIL:** Partner der Therme Geinberg. Kompetente Beratung im INNForm, dem Fitness Studio der Therme Geinberg