

SKIKE Tour 2: Stuttgart-Büsnau – Rundstrecke um den Katzenbacher Hof



Start am unteren Parkplatz zum Katzenbacher Hof, direkt nach Verlassen der Magstadter Straße.

Nach der Brücke geht es links die asphaltierte Straße entlang. Wer auf den Anstieg zum oberen Parkplatz verzichten mag, sucht gleich einen oben, von hier noch rund 500m, einen Parkplatz.



Am oberen Parkplatz mit dem Biergarten in Sichtweite, fahren wir geradeaus den Hang hinab, vorbei am Katzenbacher See, hinter dem der Rundkurs einen Rechtsknick macht.

Es ist ganz simpel: Immer auf diesem Sträßlein bleiben.



Nach dem Rechtsknick geht es für ein paar 100 m leicht bergauf: Eine gute Gelegenheit, um sich einzufahren und ein paar Stand- und Gleittechnikübungen zu machen.



Bevor es steiler wird, biegen wir rechts ab in den Bernhard-Weg. Hier kommt ein deftiger Anstieg von rund 400m, der kräftig in den Rücken geht. Da es aber eine Straße in gutem Zustand ist und keinen Verkehr aufzuweisen hat (selten kann schon einmal ein Waldfahrzeug kommen, also achtsam sein), kann man sich an diesem Berg austoben.



Er ist noch im 2:1-Schritt machbar, einfach weiter vorne einstecken und den Oberkörper hochwuchten bei kurzen Ausstemmschritten in großem Winkel. Dann aber aufpassen, dass nicht über den eigenen Stock gefahren wird!



Die Belohnung folgt auf den Fuß: Nun geht es lange eben weiter, bald sogar leicht abschüssig: Hier ist Gleiten mit hohem Tempo (wer will) möglich, auch eine kleine Einheit im 1:1-Schritt geht hier locker vom Stock.



An dieser Schranke, man hört schon die Autobahn, biegen wir rechts ab, auf eine bequem breite Straße mit griffigem Asphalt.

Ein Skikertraum!





Wenn es links über die Autobahnbrücke abgeht Richtung Weil der Stadt, fahren wir geradeaus, direkt den Hang hinunter, vorne in den kleinen Weg hinein, der neben einem größeren Armeegelände liegt.



Auch hier wieder: Gleiten vom Feinsten. Da selten Leute vorbeikommen, kann man ruhig ein hohes Tempo anschlagen.



Nach ca. 1km geht es rechts ab auf einen geschotterten Weg. Wer die Abbiegung verpasst, kommt nach einer Linkskurve zur zweiten Brücke Richtung Weil der Stadt, hier einfach wieder umkehren.

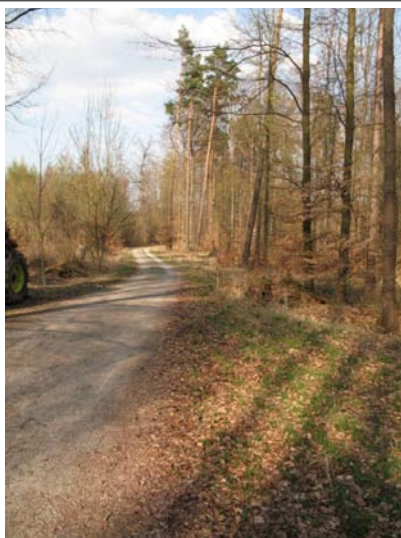
Zu allem, was vorher war, ist die Wegqualität nicht mehr so berauschend – aber dafür eignet sie sich für ein umso besseres Training: Hier wird die Standfestigkeit auf Skikes geprüft, auch wie man mit Hindernissen wie Ästen umgeht (am besten im Sprung für Fortgeschrittene), die allerdings selten auf dem gepflegten Weg herumliegen.

Anstrengend ist es nicht allzu sehr, da es immer leicht bergab geht und ein Doppelstockschub genügt, um flott den Weg hinabzufahren.

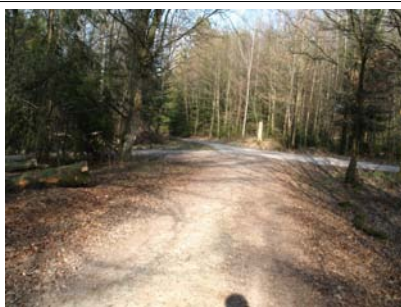




Der Weg, in den wir eingebogen sind, heißt Mietholz-Allee. Nach etwa 300m kommt dieser Hinweis.



Wenn es einmal weniger rüttelt, weil der Schotter feinkörniger ist, kann man hier inmitten bester Waldesluft wunderbar skaten. Immer geradeaus.



Bis der Weg in eine Kreuzung mündet, an der wir nach links abbiegen, den Hand hinunter. Hier immer geradeaus, bis durch die Bäume schon wieder der Katzenbacher Hof mit seinen gemütlichen Tischen zu sehen ist.

Wir kommen direkt beim oberen Parkplatz an.

Fertig ist die Trainingstour. Wer will, kann sie gleich ein zweites Mal fahren, dann hat er ein gutes Pensum von knapp 20km in den Beinen und Armen. Danach dürfte das Einkehren im Biergarten unumgänglich sein.

Viel Vergnügen!

