

Der Start wird in der ersten Runde von der Bank am Parkplatz erfolgen.
Die späteren Runden beginnen und enden dann auf der Straße am Parkplatz, von dem es an einem Schild nach links in den Waldweg führt (gegenüber der Einfahrt zum Bassental).

Dieser Waldweg knickt nach ca. 330 Metern nach links ab und führt direkt auf die Panzerringstraße, auf die wir nach rechts abbiegend weiter laufen.
Nach insgesamt 500 Metern erscheint linker Hand eine bunte Schranke. Auf diese laufen wir zu (biegen also links ab), daran vorbei und nehmen den Weg dahinter, welcher sich im leichten Bogen nach rechts wendet.

Man sieht den Weg hinter der Biegung weit und lang vor sich. Diesen Weg laufen wir an allen möglichen Abzweigungen geradeaus weiter hoch, bis wir bei ca. KM 2 wieder auf die Panzerringstraße treffen.

Hier biegen wir nach links ab, um dann den zweiten Waldweg auf der rechten Seite (KM 2,15) zu nehmen.

Es geht nur noch ganz kurz ein wenig bergan (höchster Punkt der Strecke) und ab dann stetig bergab. Am Ende dieses Weges treffen wir auf eine T-Kreuzung (KM 2,7), an der wir nach links abbiegen.

Diesem Weg folgen wir und zwar auch dann, wenn wir zwischendrin Abbiegungen nach rechts erblicken. Wir halten uns geradeaus und laufen weiter, bis wir kurz nach KM 3,0 auf den Beginn der Fischbeker Heide stoßen. Dies wird uns unmissverständlich durch ein Schild „Naturschutzgebiet“ und in den Boden eingelassenen Pfählen signalisiert.

Hier laufen wir geradeaus weiter und bleiben auf diesem Weg. Auf der sich öffnenden Lichtung sehen wir linker Hand zwei in den Boden eingelassene Holzpfosten. An dem ersten laufen wir noch vorbei und an dem zweiten (bei exakt KM 3,4) biegen wir nach links in den dortigen Weg ein. Dem also dort links abbiegenden Weg (ist mit einer schwarzen 2 auf weißem Untergrund markiert) folgen wir immer geradeaus und zwar bis zum Parkplatz (ca. KM 5,4).

Hier biegen wir am Ende des Parkplatzes (den lassen wir rechts liegen) nach links ab (dem Weg „2“ folgend). Es geht hier ein kurzes Stück auf einem leicht steinigem Weg bergauf.

Dieser Weg führt uns über eine Kreuzung hinweg und wir folgen an dieser Stelle kurz dem Wanderweg W4, bzw. dem N2 (diesen Ausschilderungen kann dort gefolgt werden), der uns nach einem Rechtsabbieger bis zu den Segelflughallen (ca. KM 6,2) bringt. Während der W4 nach rechts abbiegt, folgen wir weiter den Ausschilderungen des N2 (weißer Pfeil auf orangen Untergrund), der hier nach links wieder in die Heide abbiegt.

Es eröffnet sich ein breiter Weg vor uns. Diesen verlassen wir bereits nach wenigen Metern bei KM 6,4 nach rechts und laufen dort an einem kleinen Waldrand in Richtung Westen weiter. Auch dieser Weg führt uns über zwei Kreuzungen, die zweite bei ca. KM 6,87 hinweg weiter geradeaus bis in ein Waldstück hinein, an dessen Ende wir bei ca. KM 7,3 auf den Panzerwaschplatz stoßen.

Diesen verlassen wir nach rechts, um an dessen Ausgang eine harte Linkskurve in Richtung Süden auf die Panzerringstraße einzuschlagen.

Bereits an der nächsten Möglichkeit nach rechts biegen wir ab – hier geht es ganz leicht hoch und die Straße ist asphaltiert.

Hinter einer langgezogenen Linkskurve ist bei KM 7,95 Aufmerksamkeit angesagt, denn hier bietet sich eine Möglichkeit, die Panzerringstraße nach rechts durch den Zaun (dieser ist hier unterbrochen) zu verlassen, was wir auch machen.

Dem sich anschließenden Weg folgen wir und an der nachfolgenden Kreuzung halten wir uns weiter halb links (NICHT in den Weg, wo man am Ende einen rot-weißen Pfosten sieht und auch NICHT scharf links, wo es in den Wald geht). Der Weg führt hier kurz steil bergab. Es geht weiter geradeaus, bis wir einen Bach (ohne Brücke) überqueren und uns auf einer kleinen Lichtung nach links oder rechts entscheiden müssen.

Hier nehmen wir den Weg nach links und befinden uns nach wenigen Metern wieder auf dem Parkplatz.