

KM-Punkt	Beschreibung (Adresse)	GPS-Daten (Dez)	GPS-Daten (Dez)	GPS-Daten (GMS)	GPS-Daten (GMS)
KM 0	Ruhrquelle (Haarfelder Straße 101, 59955 Winterberg)	51,213733	8,558405	51°12'57.24"N	8°33'27.23"E
KM 9,2	Haus Wildenstein (Winterberger Straße 35, 59939 Olsberg)	51,278633	8,516810	51°16'43.08"N	8°31'0.52"E
KM 13,4	Parkmöglichkeit direkt am Radweg neben der L480 (Vockelied 2A, 59939 Olsberg)	51,309736	8,504630	51°18'35.05"N	8°30'16.67"E
KM 20	Parkplatz neben Kurpark bzw. "Aqua-Olsberg" (Ruhrstraße 32, 59939 Olsberg)	51,354623	8,485567	51°21'16.69"N	8°29'7.21"E
KM 26,2	Parkplatz am Bistro Convoy (Briloner Straße 31, 59909 Bestwig)	51,368703	8,423576	51°22'7.33"N	8°25'24.87"E
KM 30 = VP	Bäckerei Kremer, Bestwig , Navi: Briloner Str. 5A, 59909 Bestwig			51°22'5.88"N	8°24'56.31"E
KM 37,3	Parkplatz (Kolpingstraße 10, 59872 Meschede)	51,348974	8,283390	51°20'56.15"N	8°16'59.96"E
KM 43,6	Parkmöglichkeit ggü. Mittelinsel (Bundesstraße 33, 59872 Meschede)	51,353831	8,199971	51°21'13.79"N	8°11'59.90"E
KM 47,3	Parkmöglichkeit am Radweg, (Ruhrufer 5, 59872 Meschede)	51,372631	8,174166	51°22'21.56"N	8°10'27.45"E
KM 55,6	Sportanlagen, (In den Oeren 4, 59823 Arnsberg)	51,396861	8,132219	51°23'48.70"N	8° 7'55.99"E
KM 64,3	großer Parkplatz (Feauxweg 10/Ecke Zur Bleiche, 59821 Arnsberg)	51,393823	8,067312	51°23'38.04"N	8° 4'2.32"E
KM 67,5	Parkplatz am Radweg ggü. (Wennigloher Straße 26, 59821 Arnsberg)	51,395271	8,055800	51°23'43.53"N	8° 3'19.42"E
KM 72,7	Sportplatz TUS Bruchhausen (Am Hackeland 3, 59759 Arnsberg)	51,422155	8,024174	51°25'19.96"N	8° 1'30.37"E
KM 82= VP	Verpflegungspunkt (VP82) FRIENDS Fitnessstudio Navi: Werler Str. 4 59755 Arnsberg.			51°27'18.29"N	7°57'33.63"E
KM 87	Bahnübergang an der Einmündung K 26 auf L 732 ( 51.489373° / 7.916379°)	51,489373	7,916378	51°29'21.92"N	7°54'59.45"E
KM 93	kurzer Feldweg an der B 63 (Hauptstr. 9, 58739 Wickede-Ruhr)	51,487813	7,860385	51°29'16.10"N	7°51'37.37"E
KM 100	Parkplatz vor großem Gebäude (Graf-Adolf-Straße 81, 58730 Fröndenberg/Ruhr)	51,472279	7,784071	51°28'20.02"N	7°47'2.76"E
KM102=VP	TRETROLLER & GOKART Christian Büse Provinzialstraße 211, 58708 Menden			51°27'43.39"N	7°43'55.18"E
KM 107	Parkplatz B 515, (Provinzialstraße 311,58708 Menden)	51,471968	7,711232	51°28'18.40"N	7°42'41.33"E
KM 115	Parkplatz "Gutshof Wellenbad" an der L 677 (Zum Wellenbad 7, 58239 Schwerte)	51,451481	7,627833	51°27'5.31"N	7°37'40.13"E
KM 123	Parkplatz an Eisenbahn- und Straßenbrücke (Violaines-Straße 34, 58239 Schwerte)	51,424670	7,558739	51°25'29.97"N	7°33'30.88"E
KM 130 = VP	DLRG-Station Hagen am Hengstheysee (Seestr. 2, 58089 Hagen),Freibad Parkplatz, Fussweg 300m am See entlang.	51,407314	7,457051	51°24'26.35"N	7°27'25.39"E
KM 140	Verpflegungspunkt (VP140) Feuerwehr Wetter, Wasserstraße 16-18, 58300 Wetter (Ruhr)			51°22'48.48"N	7°23'12.81"E
KM 147	Parkplatz an Bahnübergang (Uferstraße 37, 58452 Witten)	51,424113	7,342805	51°25'27.08"N	7°20'34.10"E
KM 153 = VP	Freizeitzentrum Kemnader See (Blumenau 6 44801 Bochum) oder (Hevener Straße 309, 44801 Bochum)	51,437920	7,279247	51°26'17.00"N	7°16'45.64"E
KM 161	Parkplatz Landgasthaus "Stiepeler Hof" (Brockhauser Straße 278, 44797 Bochum)	51,421400	7,211138	51°25'16.78"N	7°12'44.52"E
KM 165	An der Ruhrbrücke ( Campingplatz) (Ruhrstraße 6, 45529 Hattingen)	51,406111	7,170268	51°24'22.31"N	7°10'12.89"E
KM 174 = VP	VP "Wat läuft" Bochum-Dahlhausen (Auf dem Stade 2, 45529 Hattingen)	51,420764	7,146245	51°25'14.32"N	7° 8'46.86"E
KM 179	Parkplatz "Bootshaus Ruhreck" (Langenberger Straße 1, 45277 Essen)	51,442426	7,078552	51°26'32.68"N	7° 4'42.53"E
KM 181	Parkplatz "Finca u. Bar Celona" (Westfalenstraße 4, 45136 Essen)	51,432527	7,056997	51°25'57.26"N	7° 3'24.62"E
KM 187 = VP	Parkplatz am Baldeney See (nur noch Marathon!) (Hardenbergufer 700, 45277 Essen)	51,392459	7,076388	51°23'32.86"N	7° 4'34.46"E
KM 195	Fischlaker Höfe / Am Schmalscheid (Mündet auf Hardenbergufer , 45239 Essen)			51°24'7.83"N	7° 1'35.52"E
KM 196	(Parkplatz) bis an die Ruhr ranfahren (Im Löwental 37 / Schleuse, 45239 Essen)	51,383858	6,999197	51°23'1.75"N	6°59'57.25"E
KM 202	Parkplatz "Restaurant Kemer" (Promenadenweg 1, 45219 Essen) (Promenadenweg 9	51,360933	6,938522	51°21'39.87"N	6°56'19.68"E
KM 207 = VP	Brücke A52 (Mintarder Dorfstr. 71, 45481 Mülheim a.d.Ruhr) (Mintarder Straße 258, 45481 Mülheim an der Ruhr, Pferdehof)	51,378178	6,895266		
KM 211	Eingeschränkte Parkmöglichkeit hinter Sportplatz (Kahlenbergweg/Ecke Saarer Auenweg, 45481 Mülheim a.d.Ruhr)	51,409787	6,877602	51°24'35.23"N	6°52'39.37"E
KM 216	Parkplatz am "Aquarius Wassermuseum" (Burgstr. 70, 45476 Mülheim a.d.Ruhr)	51,442969	6,856472	51°26'35.03"N	6°51'21.42"E
KM 223	Terrain unbekannt (Emmericher Straße 300, 47138 Duisburg)	51,453611	6,791847	51°27'7.13"N	6°47'32.66"E
Finish TTdR	Rheinorange (Kaßlerfelder Straße 188, 47059 Duisburg) Parken beim Marktvertrieb Dieter Schwerin GmbH. Weiter zu Fuß hinter der weißen Wand/Halle rechts rein. Bis zum Rheinorange sind es ca. 1,2km.	51,449210	6,722217	51°26'32.50"N	6°44'14.97"E