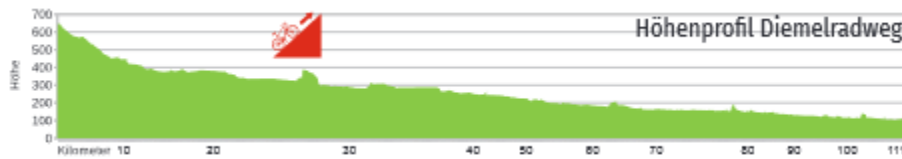


Das Höhenprofil von der Quelle bis zur Mündung:



Nach der Anreise mit der Bahn und Erreichen der Quelle geht es fast nur Bergab – einzig die Steigung vor Padberg (Länge 800m – Steigung 7%) gilt es zu meistern.

Die Streckenabschnitte

	Etappen-km	Gesamt-km
Diemelquelle	Start	-
Willingen/Usseln	2	2
Diemelsee	15	17
Marsberg	23	40
Diemelstadt	15	55
Warburg	16	71
Liebenau	11	82
Trendelburg-Stammen	13	95
Trendelburg	2	97
Wülmersen	6	103
Bad Karlshafen	7	110