

**AUF 80  
SEITEN**

**DIE SCHÖNSTEN LÄUFE 2016**

INFOS +++ TERMINE +++ HINTERGRÜNDE

powered by German Road Races e.V.



www.germanroadraces.de

Sonderausgabe von German Road Races e.V.

# road races



# Top-Events 2016

Faszination Straßenlauf

# KLEIDER MACHEN TEAMS

FINISHERSHIRTS,  
HELPERAUSSTATTUNG &  
EVENTEQUIPMENT



## Impressum

**Herausgeber**  
German Road Races e.V.  
www.germanroadraces.de



**Verlag**  
wus-media UG  
Ludwigstraße 3  
64354 Reinheim  
Tel.: 06162-9197399  
Fax: 06162-9197397  
Mail: info@wus-media.de  
www.wus-media.de

**Produktion**  
Marken Verlag GmbH  
Hansaring 97 (Hansahochhaus)  
50670 Köln  
www.markenverlag.de

**Redaktion**  
Wilfried Raatz

Für German Road Races  
Wilfried Raatz (Ltg.), Anja Buxmann,  
Michael Küppers, Jörg Wenig

**Fotos**  
Veranstalter, go4it.de, laufreport.de,  
wus-media UG, shutterstock (2)

**Anzeigen**  
Wilfried Raatz/ wus-media UG  
Tel.: 06162-9197399  
Mail: info@wus-media.de  
Gültige Anzeigenpreisliste:  
GRR-Sonderbeilage Nr. 8 vom 1.3.2015

**Druck**  
L.N.Schaffrath GmbH & Co. KG  
DruckMedien, Geldern  
www.schaffrath.de

road races – das Magazin von German  
Road Races (GRR) e.V.  
www.germanroadraces.de

Alle Rechte vorbehalten. Kein Teil dieser  
Zeitschrift darf ohne schriftliche Genehmigung  
des Verlags vervielfältigt oder ver-  
breitet werden. Unter dieses Verbot fällt  
insbesondere auch die Vervielfältigung  
per Kopie, die Aufnahme in elektronische  
Datenbanken und die Vervielfältigung auf  
CD-Rom. Der Verlag haftet nicht für unver-  
langt eingesandte Manuskripte, Unterla-  
gen und Fotos.

## Liebe Läuferinnen, liebe Läufer,

am Ostersamstag 2016 darf der Paderbor-  
ner Osterlauf feiern, denn der älteste deut-  
sche Straßenlauf wird Siebzig. Grund ge-  
nug, das Titelfoto des vorliegenden Maga-  
zins mit einem Motiv aus Paderborn zu  
schmücken. Der Paderborner Osterlauf hat  
Generationen von Läufern im wahrsten Sin-  
ne des Wortes Beine gemacht, gleichgültig,  
ob diese international ambitioniert antreten  
oder als Freizeitsportler einen wichtigen  
Beitrag zur persönlichen Gesunderhaltung  
und Fitness leisten möchten. An der Pader  
hat man es über Jahrzehnte hinweg verstan-  
den, eine Veranstaltung zu organisieren, die  
beispielhaft für den gesamten deutschen  
Laufsport ist. Einige Monate vor diesem Ver-  
anstaltungs-Jubiläum bereits hat mit „Mr.  
Osterlauf“ Horst Wiczynski der langjährige  
Race-Director des Paderborner Osterlaufes  
ebenfalls seinen siebzigsten Geburtstag fei-  
ern dürfen. Er ist einer der Gründungsväter  
von German Road Races e.V., der 1995 ge-  
gründeten Interessengemeinschaft der gro-  
ßen Laufveranstalter.

Als German Road Races ist es uns gelun-  
gen, auch im Jahr 2015 wichtige (neue) Ak-  
zente zu setzen. Noch im Herbst haben die  
GRR-Veranstalter dank des neuen Partners  
datacapo die Möglichkeit, mit dem interakti-  
ven Internetportal Xivado eine Online-An-  
meldeplattform zu nutzen, die den Läufern  
echten Mehrwert verspricht. Mit einer at-  
traktiven Haftpflichtversicherung kann GRR  
zudem eine kostengünstige Alternative zum  
bisher über die Landessportbünde gewäh-  
rten Versicherungsschutz anbieten, der letz-  
lich in verschiedenen Fällen dann doch  
nicht gegriffen hat, wenn dieser in An-  
spruch genommen werden musste.

Bestens eingeführt ist die Website  
www.germanroadraces.de als Sprachrohr  
der Laufbewegung und der Leichtathletik in  
Deutschland, aber auch als Informations-  
portal für die Laufszene. Interessante und  
brisante Themen haben die Website  
www.germanroadraces.de zu einem unver-

zichtbaren Medium für die Laufszene wer-  
den lassen.

Seit dem Laufherbst 2014 ist die Laufszene  
in Unruhe geraten. Für die hohen Wellen ha-  
ben die Funktionäre des Deutschen Leicht-  
athletik-Verbandes und der untergliederten  
Landesverbände gesorgt, die über die Köpfe  
der (Lauf-)Basis hinweg die Gebührenord-  
nung massiv verändern wollten. Die Ent-  
scheidung, künftig für jeden Finisher 1 Euro  
einkassieren zu wollen, ist zwar nach vielem  
Gezänk revidiert worden, allerdings ist  
selbst nach der Reduzierung auf 50 Cent  
nicht erkennbar, wofür die vereinnahmten  
Gebühren verwendet werden sollen. Ger-  
man Road Races wurde in dieser teilweise  
emotional und mit ehrverletzenden Formu-  
lierungen geführten Diskussion mehr und  
mehr zum Sprachrohr der Veranstalter, un-  
abhängig von einer Mitgliedschaft bei GRR.  
Zahlreiche Aktivitäten wie die erfolgreiche  
Online-Petition sollten letztlich auch dem  
DLV zeigen, dass man Nacht-und-Nebel-Ak-  
tionen wie die 1-Euro-Finisher-Gebühr nicht  
mit der Läuferklientel machen kann. Es ist  
zu hoffen, dass in Bälde wieder ein vernünf-  
tiger und kollegialer Umgang unter den Pro-  
tagonisten einkehrt – im Sinne der Weiter-  
entwicklung im Laufsport. Es gibt letztlich  
genügend Probleme, die schnellst möglichst  
angegangen werden müssten....

Die vorliegende Ausgabe des GRR-Maga-  
zins „road races“ ist wiederum 80 Seiten  
stark. Ein stolzes Volumen mit zudem  
80.000 Exemplaren, die über die GRR-Ver-  
anstalter, aber auch bei den Läufermessen  
von September bis Mai als auch als Beilage  
von „aktiv laufen“ in die Läuferhände  
kommt. Das GRR-Magazin zeigt die vielfälti-  
gen Facetten von German Road Races und  
ist weitaus mehr als eine Präsentation unse-  
rer Weg weisenden Veranstaltungen.

Wir wünschen Ihnen ein tolles Laufjahr  
2016.

Wilfried Raatz | German Road Races

## Themen

### GRR News

#### Horst Milde: „Ein Schritt in die richtige Richtung, aber...“

Interview mit dem GRR-Vorsitzenden über das Gezänk mit dem DLV um die Gebühren(neu)ordnung

#### Xivago – interaktive Plattform rund um den Ausdauersport

Mit dem neuen Online-Anmeldeportal können künftig die GRR-Laufveranstalter punkten

#### Run for Charity

Die Münchener Firma Altruja kümmert sich mit Erfolg um Spendenaktionen

#### Persönlicher Trainer

Die online Plattform running.COACH macht Läufer fit für ihr persönliches Ziel

#### Südtiroler Gipfelglück

Trainingscamp vor Alpenpanorama. Ein Erfahrungsbericht

#### Größtes Vertrauen in die deutsche Zeitmess-Technologie

GRR-Partner race result arbeitet weltweit für 5.000 Veranstaltungen

#### Filme sind Multitalente

Vorberichte, Livestreaming und Dokumentationen aus dem Hause AFV Medienproduktion

#### Medailenschmiede

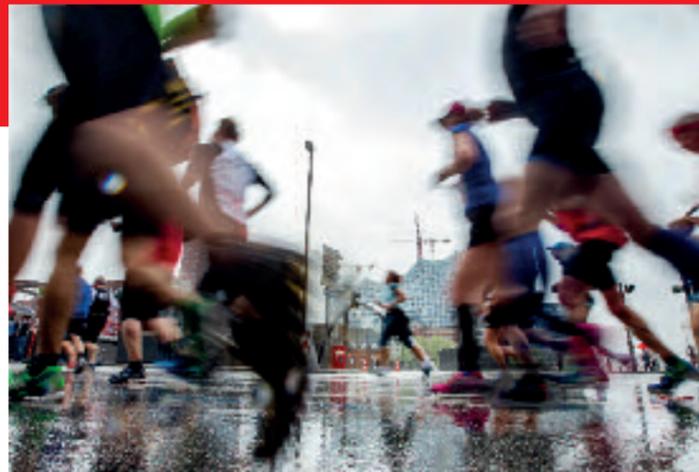
GRR-Partner Pole Position GmbH als zuverlässiger Lieferant für Qualitätsprodukte

#### LaufReport

Ein überaus lesenswertes Portal über das Laufen

#### Lauftermine 2016

Alle GRR-Laufevents auf einen Blick



5

6

9

11

13

15

17

65

73

74

75

## Top-Events 2016

13.03.2016	Königsforst-Marathon	19
26.03.2016	Paderborner Osterlauf	21
10.04.2016	HAI Hannover Marathon	23
10.04.2016	Marathon Deutsche Weinstraße	25
17.04.2016	Haspa Marathon Hamburg	27
24.04.2016	Würzburger Residenzlauf	29
24.04.2016	METRO GROUP Marathon Düsseldorf	31
24.04.2016	Zürich Marathon	33
01.05.2016	Salzburg-Marathon	35
24.04.2016	VVO Oberelbe-Marathon	36
08.05.2016	Heilbronner Trollinger-Marathon	37
08.05.2016	Wings for Life World Run-Germany	38
14.05.2016	Grand-Prix von Bern	40
15.05.2016	BIG 25 Berlin	41
22.05.2016	Gutenberg Marathon Mainz	42
05.06.2016	Rhein-Ruhr-Marathon Duisburg	43
27.05.2016	Berliner Firmenlauf	45
12.06.2016	metropolmarathon Fürth	47
19.06.2016	EVL-Halbmarathon Leverkusen	49
26.06.2016	hella hamburg halbmarathon	51
16.07.2016	Reschenseelauf	53
06.08.2016	hella marathon nacht rostock	55
14.08.2016	Monschau-Marathon	56
10.09.2016	Jungfrau-Marathon Interlaken	57
04.09.2016	Stadtwerke Halbmarathon Bochum	59
11.09.2016	BARMER GEK Alsterlauf Hamburg	61
11.09.2016	Volksbank Münster Marathon	63
18.09.2016	E.ON Kassel Marathon	64
09.10.2016	Schwarzwald-Marathon	66
09.10.2016	RWE Marathon Essen	67
16.10.2016	Bottwartal Marathon	69
30.10.2016	Swiss City Marathon Lucerne	71

### GRR-Nachwuchs-Cup

Mit dem 25. Lauf der Sympathie von Falkensee nach Spandau wurde nicht nur Mitte März 2015 die Laufsaison in Berlin erfolgreich gestartet, sondern auch der gemeinsam von German Road Races (GRR) und dem Deutschen Leichtathletik-Verband (DLV) initiierte GRR-Nachwuchs-Cup über 10 km. Aber auch der letzte Wertungslauf der Saison steht mit dem ASICS Grand 10 Berlin im Berliner Laufkalender. Weitere Wertungspunkte wurden vergeben beim Paderborner Osterlauf, Tangemünder Elbdeichmarathon, Korschbroicher City-Lauf, HAI Hannover Marathon, Würzburger Residenzlauf, Schortenser Jever-Fun-Lauf und dem Alsterlauf Hamburg.

### GRR-Jahresmitgliederversammlung

Die GRR-Jahresmitgliederversammlung 2015 findet vom 27.-29. November in Duisburg statt. Gastgeber ist dabei das GRR-Gründungsmitglied Rhein-Ruhr-Marathon Duisburg, das am 5. Juni 2016 zum 33. Mal den nicht nur an Rhein und Ruhr beliebten Marathon mit den zusätzlichen Wettbewerben Inline-, Halb-, Staffel- und Handbike-Marathon veranstaltet.

### Runder Geburtstag

Fast sind sie der gleiche Jahrgang: Während der Paderborner Osterlauf 2016 seine 70. Auflage haben wird, konnte Mr. Osterlauf Horst Wiczynski bereits im August 2015 seinen 70. Geburtstag feiern. Der GRR-Mitbegründer hat es mit einem Riesenengagement und einer gehörigen Portion Ausdauer geschafft, dem Paderborner Osterlauf einen überragenden Stellenwert in der deutschen und internationalen Straßenlaufszene zu sichern. Von 1975 bis 2008 organisierte der pensionierte Lehrer diesen Lauf, der inzwischen bei 11.000 Teilnehmern angelangt ist. Ihm ist es zudem zu verdanken, dass 1977 im Rahmen des Osterlaufes die ersten deutschen 25 km-Meisterschaften ausgetragen werden konnten. Inzwischen ist die Strecke auf die international gebräuchliche Halbmarathondistanz angepasst worden. 1984 zählte Horst Wiczynski zu den Gründungsvätern der Interessengemeinschaft der großen deutschen Straßenläufe „German Road Races e.V.“.



Auf Stadtebene war Horst Wiczynski von 1989 bis 2008 Präsident des SC Grün-Weiß Paderborn. Für sein vielfältiges Engagement für die Leichtathletik und den Laufsport wurde er 2004 mit dem Bundesverdienstkreuz ausgezeichnet, vom DLV und dem Westfälischen Fußball- und Leichtathletik-Verband erhielt der frühere Weit- und Hochspringer die Goldene und Silberne Ehrennadel.



Würdiger Rahmen für die GRR-Ehrungen im Hamburger Rathaus: Das Foto zeigt in der vorderen Reihe von links Michael Barkowski (BMS Die Laufgesellschaft), Hans Grodotzki, Alina Reh, Patrick Karl und Günther Scheefer. In der hinteren Reihe stehen von links die GRR-Vorstandsmitglieder Wilfried Raatz, Sascha Wiczynski und Horst Milde

### GRR-Ehrungen in würdigem Ambiente

Beim Empfang im Hamburger Rathaus wurden zum Auftakt der 19. GRR-Jahresmitgliederversammlung die GRR-Preisträger 2014 geehrt.

„Diese Ehrung verdienter Sportler und Veranstalter an historischer Stätte ist angemessen und entspricht dem Stellenwert, den diese hervorragenden Sportler und Organisatoren auch verdienen“, äußerte sich GRR-Vorsitzender Horst Milde sichtlich beeindruckt vom Ambiente der GRR-Ehrungen, die im Hamburger Rathaus über die Bühne gingen. „Das entspricht unserer Intention, dem Laufsport zu dienen und diesen in ein würdiges Licht zu rücken!“ Mit dem Nachwuchspreis wurden Alina Reh (TSV Erbach) und Patrick Karl (TV Ochsenfurt) ausgezeichnet. Trainer des Jahres wurde der Mittel- und Langstreckentrainer Günther Scheefer (LG Region Karlsruhe). Mit dem GRR-Award für das Lebenswerk wurde mit Hans Grodotzki der zweifache Silbermedaillengewinner der Olympischen Spiele 1960 in Rom ausgezeichnet. Den GRR-Organisatorenpreis erhielt BMS. Die Laufgesellschaft veranstaltet neben dem Alsterlauf und dem Halbmarathon weitere 14 beliebte Veranstaltungen in Hamburg.

„Das ist eine sehr gute Wahl“, unterstreicht der GRR-Vorsitzende Horst Milde die Entscheidung über die GRR-Nachwuchs-Preisträger des Jahres 2014. „Uns ist es in den vergangenen Jahren immer wieder gelungen, große Lauf Talente wie Corinna Harrer, Gesa-Felicitas Krause, Anna Hahner oder Maya Rehberg auszuzeichnen, die in den Folgejahren gezeigt haben, dass sie den Übergang von der Jugend- in die Aktivenklasse problemlos geschafft haben und mit starken Leistungen den eingeschlagenen Weg fortsetzen konnten.“

Vor allem bei der Wahl von Alina Reh gab es keinen Zweifel, denn die 17-Jährige ist die überragende Läuferin der Saison. Die Krönung dabei ist ohne Zweifel die Silbermedaille bei der Jugend-Olympiade in Nanjing (China) über 3.000 m. Zwei herausragende Jugendrekorde (U18) sind zudem ein Beleg für das außergewöhnliche Talent, dass die junge Läuferin aus Laichingen von der Schwäbischen Alb besitzt. Die über 30 Jahre bestehenden Jugendrekorde tragen nun den Namen Alina Reh und sind mit 9:05,07 Minuten über 3.000 m und 33:32 Minuten über 10 km exzellent. Inzwischen hat sie als U20-Doppel-Europameisterin über 3.000 m und 5.000 m und mit dem Gewinn des deutschen 5.000 m-Frauentitels eindrucksvoll „nachgelegt“, sodass sie auch für die Saison 2015 allererste Wahl sein dürfte.

Bei den männlichen Jugendlichen hat sich der GRR-Vorstand für den Ochsenfurter Hindernisläufer Patrick Karl entschieden. Der 18-Jährige belegte als zweitbesten Europäer bei den U20-Weltmeisterschaften im 3.000 m Hindernislauf den zwölften Rang, nachdem er ein Jahr zuvor bei den U18-Weltmeisterschaften bereits Zehnter über 2.000 m Hindernis geworden war. Seine persönlichen Bestzeiten stehen aktuell bei 5:46,60 Minuten (2.000 mHi) und 8:47,20 Minuten (3.000 mHi).

# „Ein Schritt in die richtige Richtung, aber...“

German Road Races hat mit den Protestaktivitäten gegen die vom DLV geplante Einführung der 1-Euro-Finisher-Gebühr Erfolg. Künftig müssen Veranstalter für jeden Finisher ab 18 Jahre 50 Cent an den Verband abführen.

Die Laufmaut kommt – doch keineswegs nach dem Sinn der Funktionäre beim Deutschen Leichtathletik-Verband (DLV) und den Landesverbänden. Nach langem Hin und Her haben die Mitglieder des DLV-Verbandsrates dem Druck der Lauf-Basis nachgegeben und die ab 2016 vorgesehene neue Gebührenordnung bei Lauf-Veranstaltungen korrigiert. Ursprünglich sollte jeder Veranstalter einer beim Verband angemeldeten Laufveranstaltung für jeden Finisher über 18 Jahre 1 Euro an den Fachverband abführen – für nicht wenige der 3.400 der fast ausschließlich von ehrenamtlich tätigen Helfern durchgeführten Veranstaltungen ein existenzielles Problem. Nach dem Verbandsratsentscheid Mitte Juli 2015 in Nürnberg sind es nunmehr künftig 50 Cent, die der DLV und die Verbands-Gliederungen auf Landesebene einkassieren. GRR-Vorsitzender Horst Milde äußert sich im Interview zum Gezänk um die Finisher-Gebühr.

*German Road Races war vorrangig der Wortführer im Kampf gegen die Erhöhung der Gebührenordnung des DLV. Die von Ihnen als „Laufmaut“ betitelte Abgabe in Höhe von 1 Euro ist nun vom Tisch. Für GRR ist dies sicherlich ein großer Erfolg oder wie beurteilen Sie die Nachbesserungen von Nürnberg?*

Die Nürnberger Beschlüsse sind ein Schritt in die richtige Richtung. Aber es

sind einige Eckpunkte unserer Forderung, die die Verwendung und vor allem aber die kleineren Veranstaltungen betreffen, leider unter den Tisch gefallen. Das kann so nicht bleiben und es muss in einem zu schaffenden Laufforum oder an einem Runden Tisch nachgearbeitet werden. Grundsätzlich ist es jedoch begrüßenswert, dass man sich beim DLV nach den umfangreichen Protesten der Basis bewegt hat. Auch wenn es sehr lange gedauert hat. In der Zwischenzeit ist viel Porzellan zerschlagen worden.

*Können Sie diese Einschränkungen in Ihrer Bewertung präzisieren?*



**Vor allem für kleine Veranstalter problematisch: Künftig müssen für jeden Finisher ab 18 Jahre 50 Cent an den Verband abgeführt**

Noch im September 2014 hat sich der Bundesausschuss Laufen einmütig zu unseren Kernvorstellungen bekannt. Diese sehen bei einer Erhöhung vor allem die Förderung von Maßnahmen für den Laufnachwuchs, Unterstützung bei Ausbildung und Studium, Förderung von Aus- und Weiterbildung von Trainern und Übungsleitern im Laufbereich und die Unterstützung von innovativen Laufvereinen und Laufprojekten vor. Diese Zustimmung haben wir

zunächst einmal als ersten kleinen Erfolg unserer Arbeit gesehen. Aber letztlich ist es bei diesem Lippenbekenntnis geblieben. Und als Krönung dieser distanzierten Haltung wurde ich wegen meiner kritischen Haltung zur Erhöhung als Berater im Bundesausschuss Laufen entfernt. Dies hat mir eindeutig gezeigt, dass Kritik beim DLV nicht gewünscht ist.

*Im Zuge des Protestes gegen die Einführung der 1 Euro-Abgabe pro Finisher haben Sie immer wieder betont, dass GRR nicht nur die eigenen Mitglieder, sondern auch viele kleine Veranstalter vertreten würde, weil diese kein Forum für ihren Protest gefunden hätten.*

Wir haben in der Tat einen Aufschrei der Basis wahrnehmen können. Dies geschah auf vielfältige Weise. Weil man in den ehrenamtlich geführten Vereinen



schlichtweg vor vollendete Tatsachen gestellt wurde. In den Terminbörsen auf Landes- oder Regionalebene wurde diese massive Erhöhung bewusst nicht oder allenfalls als Randthema angesprochen. Es kann einfach nicht sein, dass an den Vereinen, der Basis für die Leichtathletik und die Laufentwicklung, vorbei eine Entscheidung getroffen wird. Und diese Erhöhung hat für viele, vorrangig kleine Veranstalter, eine existenzielle Bedeutung. Die meisten unserer Mitglieder haben selbst „klein“ angefangen und einen kontinuierlichen Aufbau geschafft. Im Ursprung ist German Road Races als Gegengewicht gegen den Deutschen Leichtathletik-Verband gegründet worden, um unseren Forderungen Gehör zu verschaffen. Wir hätten nie gedacht, dass nach Jahren einer konstruktiven und harmonischen Zusammenarbeit das Verhältnis derart gestört werden würde.

*Welche Aktivitäten haben Sie entwickelt, um die Laufgemeinde, sprich Ver-*

*anstalter und Läufer gleichermaßen, auf diese geplante Erhöhung hinzuweisen – und einen Proteststurm zu entfachen?*

Nach ersten, sachlich fundierten Presseinformationen, Veröffentlichungen auf der GRR-Website und im GRR-Magazin sowie einer Mail an die Veranstalter von Volks- und Straßenläufen wurden wir in verschiedenen Stellungnahmen von Präsidiumsmitgliedern und Funktionsträgern des DLV zum Teil böswillig attackiert und mit unwarren Behauptungen konfrontiert. In der Sache jedoch ist nichts geschehen. Die 1-Euro-Finisher-Gebühr schien wie in Stein gemeißelt. Wir haben daraufhin unseren Protest verstärkt. Mit Aufklebern, Protest-Postkarten, Unterschriftenlisten und einer Online-Petition haben wir mit Erfolg die Öffentlichkeit wachrütteln können. Es gab eine Reihe juristischer Ausführungen zur Zulässigkeit von Gebühren durch Verbände, die uns letztlich darin bestärkt haben, den richtigen Schritt gemacht zu haben.

*Können Sie in Zahlen belegen, auf welche Zustimmung Ihr Protest gestoßen ist?*

Den Hauptfokus haben wir auf die Online-Petition gerichtet. So konnten wir fast 8.000 Unterzeichner registrieren, außerdem 1.000 Unterschriften bei Laufveranstaltungen einsammeln und viele Postkarten mit der DLV-Anschrift verteilen. Zahlreiche Tageszeitungen haben unser Thema aufgegriffen, Radio- und Fernsehanstalten haben kritisch über die Erhöhung berichtet, die praktisch ohne erkennbare Gegenleistungen seitens des DLV erfolgen sollte. Sachverständige Juristen haben öffentlich bezweifelt, dass der DLV aus kartellrechtlichen Gründen überhaupt berechtigt ist, die Gebühr von vereinsungebundenen Teilnehmern einzufordern und haben spontan ihre Bereitschaft bekundet, auch mögliche juristische Auseinandersetzungen mit dem DLV vor Gericht zu begleiten.

*Wie soll es nach dem Nürnberger Beschluss in Sachen Gebührenordnung nun weiter gehen? Zufrieden jedenfalls scheinen Sie mit der im Verbandsrat beschlossenen neuen Gebührenordnung noch nicht zu sein?*

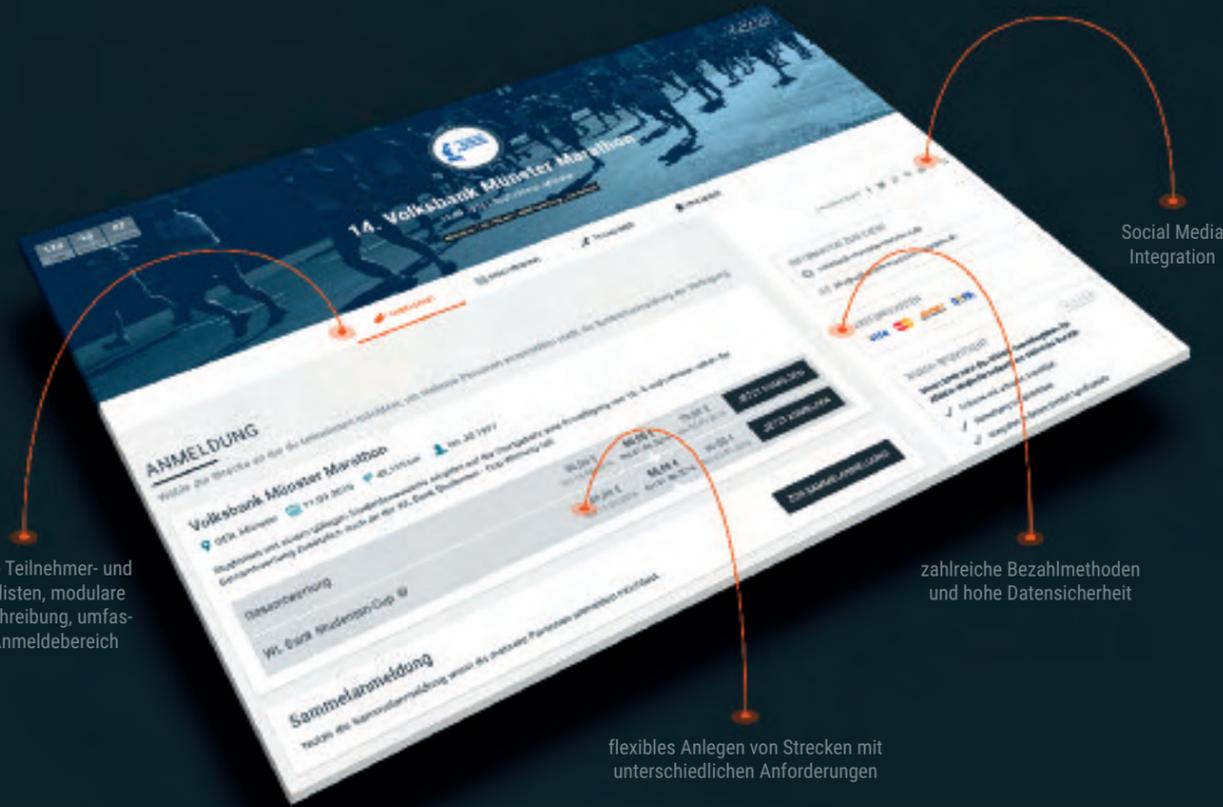
Wir fordern nach den vielen Protesten kleiner und mittelgroßer Veranstalter zum Schutz dieser Veranstalter ein Freikontingent von 300 Finishern, das nämlich verstehen wir unter einer Sozialverträglichkeit! Wir nehmen natürlich die Äußerung des DLV-Präsidenten Clemens Prokop ernst und warten auf die Einberufung des angekündigten Runden Tisches. Ich weiß aber aus ersten Reaktionen, dass eine Reihe von Veranstaltungen künftig nicht mehr beim DLV bzw. dem zuständigen Landesverband angemeldet werden. Der Unmut ist spürbar. Wir haben allerdings in den vergangenen Wochen und Monaten bereits Alternativen erarbeitet, die z.B. den Versicherungsschutz betreffen, sodass kein Veranstalter in ein Risiko laufen müsste, wenn er seinen Lauf nicht mehr anmelden wird. Der DLV sollte schnellstens daran gehen, das sichtlich gestörte Vertrauensverhältnis zur Basis, sprich den Vereinen, durch verstärkte Transparenz und Kommunikation wieder zu verbessern.

*Das heißt, Sie befürchten eine Spaltung der deutschen Lauflandschaft in Veranstaltungen, die unter der Flagge des DLV auch weiterhin segeln und in Veranstaltungen, die mangels erkennbarer Gegenleistungen und überhöhter Gebühren als „wilde“ Veranstaltungen zu gelten haben?*

Die ersten Auswirkungen sind bereits jetzt in den ersten Terminbörsen zu erkennen. In einem Landesverband wurden 1/3 weniger Veranstaltungsanmeldungen registriert. Der DLV ist selbst daran schuld, wenn sich viele Veranstalter von ihm abwenden. Als reine Melkkühe jedenfalls taugen die Lauf-Veranstaltungen nicht, denn es stellt sich immer wieder die Frage: Was tut der DLV für uns Veranstalter? Es gibt eine Reihe von Problemen, die dringend angegangen werden müssten, doch beim Verband regt sich niemand. ■

# Mehr als nur ein Anmeldesystem

Innovative Lösungen für den Ausdauersport – einfach, schnell und flexibel

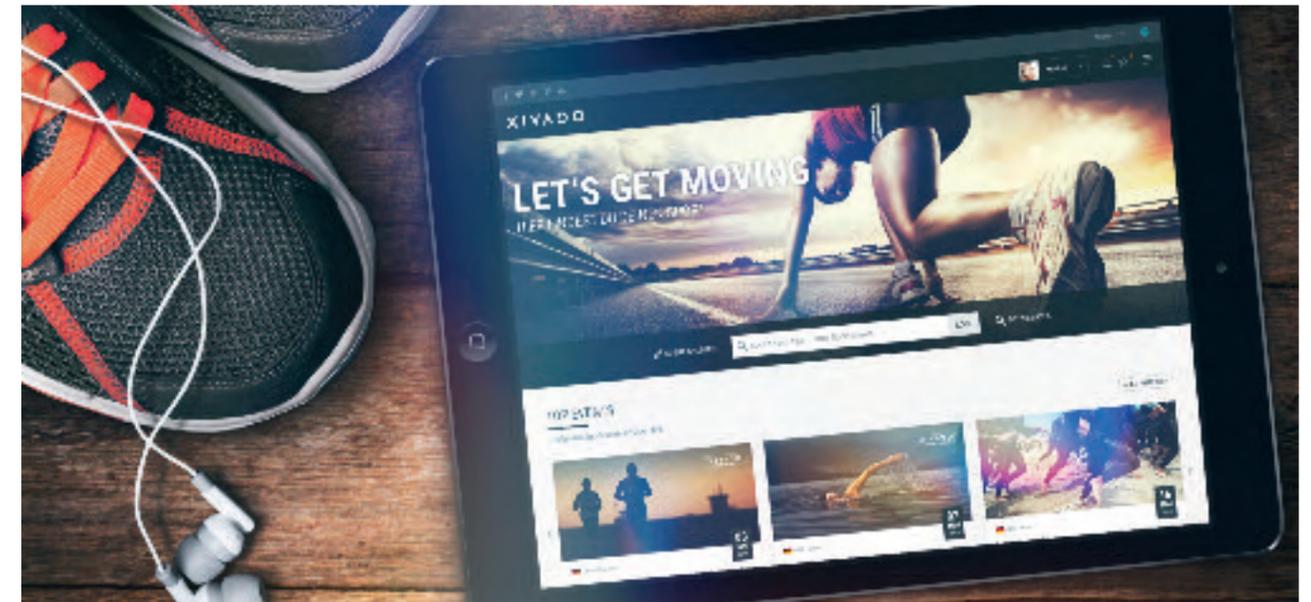
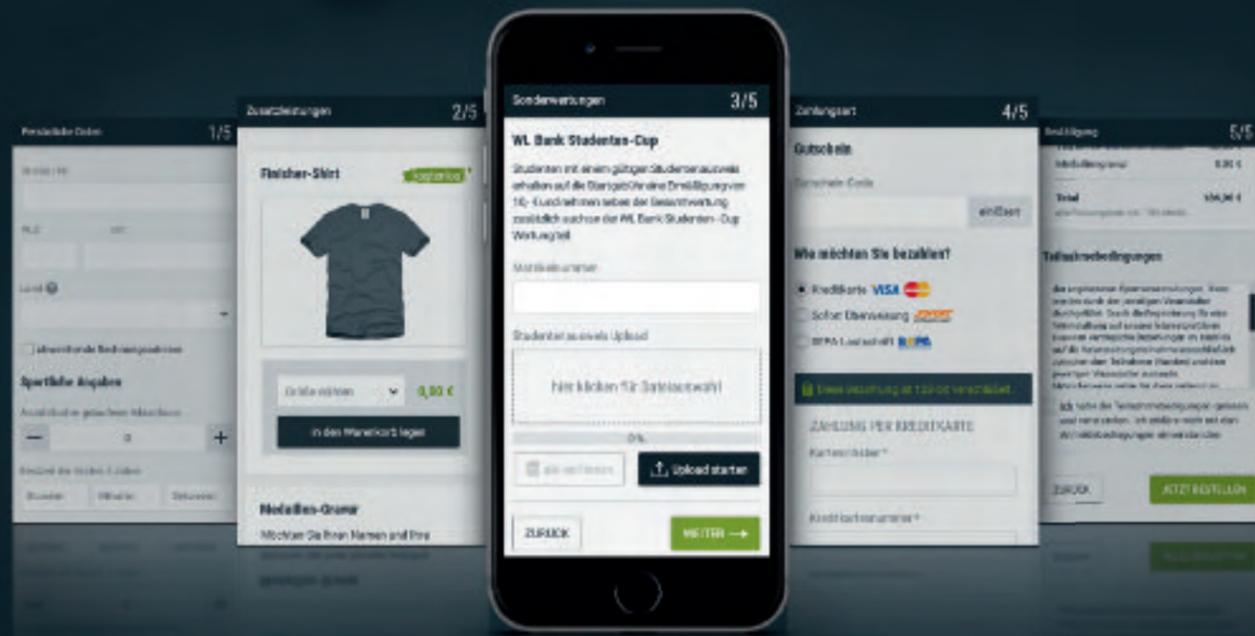


interaktive Teilnehmer- und Ergebnislisten, modulare Eventbeschreibung, umfassender Anmeldebereich

Social Media Integration

zahlreiche Bezahlmethoden und hohe Datensicherheit

flexibles Anlegen von Strecken mit unterschiedlichen Anforderungen



Einfach, übersichtlich, flexibel: Die neue Plattform Xivado bietet viele Vorteile

# Plattform mit viel Perspektive

■ **Herr Lenzing**, auf den ersten Blick ist Xivado eine tolle Webseite, die optisch wirklich etwas her macht. Aber erzählen Sie uns doch ein wenig mehr darüber, was Xivado eigentlich „kann“?

Xivado ist eine Internetseite bzw. eine interaktive Plattform rund um Ausdauersportveranstaltungen. Was für den Besucher auf den ersten Blick wie ein Veranstaltungskalender aussieht, das ist in der näheren Betrachtung ein System, über das ein Veranstalter die komplette Online-Registrierung für Teilnehmer einer Veranstaltung abwickeln kann. Zusätzlich kann er diese Daten in seinem persönlichen Bereich administrieren und Anpassungen vornehmen.

■ Verstanden, interessante Idee, aber eine, die nicht mehr ganz neu ist. Wie unterscheidet sich Xivado von bisherigen Anmeldesystemen, über die eine Veranstaltung abgewickelt werden kann?

Xivado geht viel weiter als bisherige Systeme, die auf dem Markt existieren. Flexibilität wird bei uns groß geschrieben, egal ob es da um Mehrsprachigkeit, Kompatibilität zu Smartphones oder Datenverwaltung geht. Das muss einfach

Dank der Kooperation mit Xivado, einer interaktiven Plattform rund um den Ausdauersport, ist German Road Races für die Zukunft bestens gerüstet. Die neue Website der Datacapo IT sport services GmbH kann einiges. Was genau, erzählt Datacapo-Geschäftsführer Ingo Lenzing im Gespräch mit der Road Races-Redaktion.

von der Hand gehen, ohne viel Zeitaufwand und damit verbundenen weiteren Kosten. Genauso wichtig ist es uns, dass ein Veranstalter die Eckdaten einer Online-Registrierung selbst verwalten bzw. einrichten kann und keinen IT-Dienstleister damit beauftragen muss.

■ Wer soll mit diesem Angebot vor allem angesprochen werden?

Unsere Zielgruppe ist klar definiert. Das kostenpflichtige Angebot von Xivado ist vor allem für Veranstalter interessant, die täglich bzw. regelmäßig mit Teilnehmern kommunizieren und deren Daten verwalten. In erster Linie sind das große Einzelveranstaltungen, Agenturen mit mehreren Veranstaltungen oder auch Dienstleister für eine Veranstaltung, die selbst Registrierungen umsetzen. In unserem größten Partnerpaket bieten wir Kunden sogar ein eigenes Layout an, sodass sie ihre Registrierungen im „Look and Feel“ der eigenen Internetseite abwickeln können. Gerade für einen Kunden, der über das ganze Jahr hinweg zahlreiche Veranstaltungen und deren Teilnehmer betreuen muss, haben wir kräftige Werkzeuge entwickelt, die das tägliche Arbeiten stark vereinfachen.

■ Was heißt das konkret?

Wir haben die tägliche Arbeit in der Betreuung von Veranstaltungen analysiert und uns dabei vor allem überlegt, in welchen Bereichen Verbesserungen möglich sind. So kann ein Teilnehmer in unserem System über einen gesicherten Zugang seine persönlichen Daten selbst ändern oder sich auch für eine andere Strecke ummelden. Gutscheine, die sehr flexibel gestaltbar sind, können von einem Veranstalter selbst angelegt und verteilt werden, ebenso verwaltet er die

2016

laufenweltweit.de

runningworldwide.com



Grosse-Coosmann Sportreisen

Grosse-Coosmann Sportreisen GmbH  
Dettenstr. 8  
48147 Münster  
Telefon: 0251/1 33 26 - 0  
info@laufenweltweit.de

www.facebook.com/laufenweltweit

## Thema Xivado

*Zusatzartikel innerhalb seiner Anmeldung selbst. Dies sind nur einige ausgesuchte Beispiele, die deutlich machen, dass man mit diesen Werkzeugen vor allem Zeit spart, die ja bekanntlich auch Geld bedeutet.*

■ Das hört sich wirklich nach einer guten Lösung an. Muss der Kunde für so ein Dienstleistungspaket denn auch einen hohen Preis bezahlen?

*Wir kennen den Markt sehr gut, da wir selbst häufig mit Veranstaltern zusammenarbeiten. Wir glauben nicht, dass wir mit den Angeboten höher liegen als unsere Mitbewerber, sofern die überhaupt vergleichbare Angebote haben. Natürlich haben wir nicht den Anspruch oder die Möglichkeit, der billigste Anbieter auf dem Markt zu sein, aber es ist durchaus unser Anspruch, den Funktionsumfang von Xivado preisgünstig anzubieten. Detaillierte Einzelpreise kann ich leider nicht nennen, da wir für unsere unterschiedlichen Kundengruppen Preismodelle entwickelt haben, die auf die unter-*

„Diese Kooperation bietet einen tollen Mehrwert für unsere Mitglieder.“

GRR-Vorsitzender Horst Milde

*schiedlichen Anforderungen der Kunden eingehen. Wir sind uns aber auf jeden Fall sicher, dass wir auch preislich gesehen eine interessante Alternative darstellten.*

■ Abschließend bleibt natürlich noch eine Frage: Welche Vorteile hat denn ein Teilnehmer, der sich über diese Plattform für eine oder mehrere Veranstaltungen anmeldet?

*Die Anmeldung für einen Teilnehmer findet auf einem einfachen, flexiblen und auch sicheren Weg statt. Er kann sich in diversen Sprachen auch über sein Smartphone anmelden, über Facebook Freunde zur Veranstaltung einladen und seine Anmeldung final in Facebook teilen. Die Bezahlung findet mit anerkannten Bezahlungspartnern auf sicherem Wege statt und wer daran Interesse hat, kann sich für unsere Plattform auch einen Benutzeraccount anlegen, mit dem weitere Registrierungen deutlich einfacher werden. Langfristig möchten wir Xivado auch zu einer interaktiven Plattform für Teilnehmer ausbauen, aber über diesen Part möchte ich noch nicht allzu viel verraten.* ■

## Thema Run vor Charity



Spaß haben und dabei anderen helfen: Immer mehr Laufveranstaltungen binden Charity-Aktionen mit ein

# Laufend Gutes tun

Spendenaktionen bei Laufveranstaltungen erfreuen sich auch im deutschsprachigen Raum zunehmender Beliebtheit. Die Münchener Firma Altruja kümmert sich dabei erfolgreich um die Umsetzung.

In den angelsächsischen Ländern bestens bekannt, werden Spendenaktionen bei Laufveranstaltungen auch im deutschsprachigen Raum immer beliebter. „Run for Charity“ lautet die Zauberformel. So hat der Vienna City Marathon mit Hilfestellung der Münchener Firma Altruja nicht nur über 50.000 Euro für gemeinnützige Organisationen sammeln können, sondern neben gestiegenen Teilnehmerzahlen auch Vorteile für Sponsoring, Marketing und PR erreicht. Die größten Spenden gingen dabei an die Organisationen „Rote Nasen – Clowndoctors bringen kranken oder leidenden Menschen Lebensfreude“ und „Care – Pakete für Kinder in Not“. Der München-Marathon steht zum 30. Geburtstag am 11. Oktober 2015 ganz im Zeichen der Flüchtlingsthematik „laufend integrieren“.

Altruja weist bei der Einbettung der

Spendenaktionen vor allem darauf hin, dass die Spendenbuttons ausschließlich auf der jeweiligen Marathon- oder Lauf-Website eingebettet sind, womit durch die speziell entwickelte Spenden-Software und das entsprechende Know-How von Altruja keine zusätzlichen Verwaltungsaufgaben mehr anfallen. Darüber hinaus bietet der Spendendienstleister Altruja seine Unterstützung bei der Einbindung der Spenden-Software auf der Veranstalter-Website ebenso an wie auch bei der Auswahl der Organisation.

„Die Spendenaktion findet direkt auf der Website des Veranstalters statt. Es kön-

nen dabei verschiedene Organisationen in die Aktion aufgenommen werden. Die generierten Spendengelder fließen direkt auf das Konto der jeweiligen Organisationen“, so Stefan Bernwieser, Fundraising-Berater im Hause Altruja. „Ziel unserer Aktivitäten ist es, nicht nur möglichst viele Spenden zu sammeln, sondern die Spender zum „Mitmachen“ zu animieren. Jeder Spender kann nämlich seine eigene Spendenseite erstellen und über sein Netzwerk verbreiten.“ Die für die Spendenaktion ausgewählten Organisationen bewerben zudem diese Aktion und sorgen für zusätzliche PR. Ein Vorgehen mit Erfolg: Inzwischen zählen über 600 Organisationen wie Missio, Deutsches Kinderhilfswerk, CARE, DAHW, Brustkrebs Deutschland, Deutsche AIDS-Hilfe, Off Road Kids, Rote Nasen und Wiener Tafel zum Kundenkreis. ■



# IHR WEG ZUR BESTFORM

MIT GERMAN ROAD RACES UND running.COACH!

Thema running.COACH

## Digitales & dynamisches Training

Sie wollen sich an einen Marathon wagen? Oder suchen einen sicheren Einstieg ins Laufen? Egal, welches Ziel Sie sich setzen, das digitale Trainingsprogramm „running.COACH“ geht individuell auf Ihre Bedürfnisse ein und hilft Ihnen dabei, dieses zu erreichen.

Der Schweizer Marathon Europameister Viktor Röthlin hatte zusammen mit seinen Laufkollegen Markus Ryffel und Christian Belz vor vier Jahren die Idee zu einem Online-Programm. Ziel war es, Läuferinnen und Läufern jeglichen Leistungsniveaus ein Online-Trainingsystem in die Hand zu geben, das sie befähigt, selbständig und effizient ihr Training zu planen und sich optimal auf ein persönliches Ziel vorzubereiten.

Was in der Schweiz gut funktioniert (14 der besten 50 Marathonläufer trainieren damit), findet auch in Deutschland immer mehr Anhänger. Das Online-Programm ist seit mehr als einem Jahr auch für deutsche Läuferinnen und Läufer erhältlich. Seit der ersten Stunde stehen auf deutscher Seite der Sportarzt und ehemalige 5000 m-Europameister Thomas Wessinghage und die junge Sportwissenschaftlerin und frühere deutsche Halbmarathonmeisterin Ingalena Heuck für das Produkt ein.

Unabhängig ob Anfänger, Fortgeschrittener oder Ambitionierter: Jeder hat sein persönliches Laufziel und möchte dies möglichst effizient und ohne Umwege erreichen. Doch was ist es, das Sie wirklich schneller laufen lässt? Mehr Training? Längere Läufe? Schnellere Einheiten? Intervalle? Technikübungen? Was

ist zu viel und was zu wenig? Fragen über Fragen, mit denen sich viele herumschlagen. Und genau da setzt „running.COACH“ an: „Wir geben dem User eine niveaugerechte Trainingsstruktur vor, die er als Leitfaden in der Vorbereitung auf sein Ziel nutzen kann“, sagt Produkt-Manager und Laufexperte Gabriel Lombriser. „Hält sich der Läufer an die Pläne, verbessert sich in der Regel auch sein Leistungsvermögen“.

### „Ist-Zustand“ als Ausgangsbasis

Der Einstieg zum persönlichen Trainingsplan ist einfach. Ausgangspunkt aller Trainingspläne, die das System einem Läufer auf den Leib schneidert, sind der aktuelle Leistungsstand sowie die Trainingserfahrung. Zusätzlich berücksichtigt das System die Priorität der Wettkämpfe, die Wettkampfdistanz sowie die Anzahl der Trainingstage. Gabriel Lombriser: „Der dynamische Coach hat gegenüber dem statischen Trainingsplan aus Büchern und Zeitschriften den Vorteil, dass er sich jederzeit an die zeitliche Verfügbarkeit sowie die aktuelle Leistungsfähigkeit anpassen und an neuen Ziele orientieren kann.“

Jede einzelne Trainingseinheit beinhaltet Vorgaben zu Tempo, Distanz, Dauer

und Puls. „Das Programm erklärt dabei jede Einheit ganz detailliert“, so Ingalena Heuck. Neben Ziel und Zweck des Trainings erfährt der Nutzer, wie das Ein- und Auslaufen, die Steigerungen, Intervalle oder Verpflegung zu gestalten sind. „Dadurch wird dem Läufer Wissen und Sicherheit vermittelt“, sagt Gabriel Lombriser. „Denn erst wenn ein Sportler versteht, wieso er heute beispielsweise ganz ruhig laufen soll, ist er bereit, dies auch zu tun.“

Dass das Programm von Spitzenathleten mitgestaltet wurde, wird spätestens an den Empfehlungen für die Ausgleichsgymnastik klar. In kurzen Videoeinheiten turnt Ingalena Heuck, die Gold-Abonnenten im Falle von Verletzungen auch eine Stunde im Monat per Mail oder Telefon zur Verfügung steht, unterschiedliche Übungen vor. „Stretching, Stabilisations- oder Kräftigungsübungen sind nicht nur für die Verletzungsprophylaxe, sondern auch für einen ökonomischen Bewegungsablauf des Läufers wichtig. Wir legen Wert darauf, dass Laufen ganzheitlich vermittelt wird“, so Thomas Wessinghage.

Ein Vorhaben, das funktioniert: Wer seinen generierten Trainingsplan studiert, wird feststellen, dass der „running.COACH“ auch eine Prognose für das angegebene Laufziel erstellt. „Wir haben bei zahlreichen Laufveranstaltungen im letzten Jahr unsere Prognosen mit den tatsächlich gelaufenen Wettkampfzeiten verglichen. Die Abweichung lag im Durchschnitt innerhalb von 1,5 Prozent“, so Gabriel Lombriser. Und nicht nur das. Lombriser verspricht: „Wer bereit ist, die vorgegebene Struktur in sein Training aufzunehmen und in der verlangten Reihenfolge in verschiedenen Intensitätsbereichen zu trainieren, wird sein Ziel erreichen und dabei nicht nur schneller, sondern vor allem auch motivierter unterwegs sein.“ ■

Jetzt exklusiv für  
German Road Races Leser:  
**20% Rabatt auf  
running.COACH  
Bronze-Abos!**  
Gutschein-Code:  
**GRR20**



### Sie sind German Road Races Leser und möchten strukturiert auf ein Ziel hin trainieren?

Das Online-Programm „running.COACH“ zeigt Ihnen kompetent und jederzeit aktuell, wie Sie Ihr Training am effizientesten gestalten können. Ob als Laufeinsteiger, ambitionierte Hobbyläuferin oder Leistungssportler: Das clevere Trainingstool bietet

Laufprogramme für jede Distanz zwischen 5'000m und Marathon. Federführend bei der Gestaltung der deutschen Trainingspläne sind die deutsche Halbmarathon Meisterin Ingalena Heuck und der ehemalige 1'500m Europameister Thomas Wessinghage.

Als GERMAN ROAD RACES Leser erhalten Sie auf alle „running.COACH“-Angebote 20% Rabatt!

Gutschein-Code: **GRR20**  
(Gültig bis 30.04.16)

Melden Sie sich jetzt an unter  
[www.runningcoach.de](http://www.runningcoach.de)

Wir stehen dahinter:

Aktuelle running.COACH-Basisangebote für GRR Leser

3 MONATE  
46 € (statt 58 €)

6 MONATE  
62 € (statt 78 €)

12 MONATE  
102 € (statt 128 €)



Ingalena Heuck  
Deutsche Meisterin (2010)  
Halbmarathon



Thomas Wessinghage  
Europameister (1982)  
über 5000m



**running.COACH**  
Dein online Trainingsplan

### Sonderrabatt für „road races“-Leser

GRR-Leser können den „running.COACH“ mit dem Gutschein-Code „GRR20“ zu einem Rabatt von 20 % abonnieren (3 Monate für 46€ statt 58€; 6-Monate für 62€ statt 78€, 12 Monate für 102€ statt 128€). Profitieren Sie jetzt vom cleveren Trainingstool und informieren Sie sich unter [www.runningcoach.me](http://www.runningcoach.me)



**Hotel Cendevaves**  
 Fam. Stuffer | Monte Pana 44 | I-39047 St. Christina/Gröden  
 T +39 0471 792 062 | F +39 0471 793 567  
 info@cendevaves.it | www.cendevaves.it



**Trailrunning und Höhentraining auf dem Monte Pana in den Dolomiten – UNESCO Welterbe**

Laufbegeisterte aufgepasst! Das Hotel Cendevaves\*\*\*\* auf 1.600 m ist das ideale Basislager für Ihr effizientes Höhentraining. Bei den organisierten Laufwochen, die von verschiedenen Profis der Branche betreut werden, erfahren Sie den gesundheitsfördernden Effekt des „natürlichen Dopings“ am eigenen Körper. Die Schlafqualität wird merklich verbessert und eine deutliche Leistungssteigerung im Handumdrehen herbeigeführt. Das breitgefächerte Programm inklusive Techniktraining, Laufstilanalyse, Yoga und vielem mehr wird auf verschiedenen Laufstrecken zwischen 1.200 und 2.200 Metern rund um das Hotel Cendevaves durchgeführt und richtet sich an Anfänger und ambitionierte Läufer.



Ihre laufbegeisterten Gastgeber Birgit und Christian Stuffer sind seit Jahren passionierte Läufer und bestreiten regelmäßig Wettkämpfe. Sie wissen also bestens Bescheid und betreuen Sie gemeinsam mit ihrem fachkundigen Team in Ihrem Laufurlaub!

**Special:**

10 % Frühbucherrabatt für Buchungen innerhalb 31. Januar 2016

**Cendevaves-Laufwochen**

mit dem mehrfachen Masters-Weltmeister Albert Rungger

- Tägliches Training mit verschiedenen Laufeinheiten
- Separate Anfänger-Laufbetreuung
- Laufstilanalyse
- Lauftechnik-, Kraft- und Stabilitätstraining
- Spannender Vortrag des Spitzenathleten Hermann Achmüller (Gewinner des München Marathons 2005)
- Impulsvortrag „Running for your personal best“ mit Dr. Kai Schenk
- Yoga für Läufer mit Personaltrainerin Judith Demetz
- Müsliriegel & Mineralgetränke selbst gemacht mit Birgit Stuffer
- Medizinischer Check-up durch Ärzte der Dolomiti Sportclinic (auf Anfrage)
- Abends wird in gemütlicher Runde über Themen rund ums Laufen gefachsimpelt
- Gratis Wäscheservice für Ihre Laufbekleidung
- Freie Benutzung unserer Wellnessoase mit Hallenbad, Sauna, Aroma-Dampfbad und Naturgarten

**Termine 2016:**

18. Juni bis 03. Juli und 10. September bis 24. September 2016  
 ab 415,00 Euro für 4 Tage pro Person mit Halbpension  
 ab 695,00 Euro für 7 Tage pro Person mit Halbpension

Programmänderungen vorbehalten

Weitere Laufcamps im Juni, Juli und September 2016  
 Infos auf [www.cendevaves.it/laufcamps](http://www.cendevaves.it/laufcamps)

**Zusätzlich bieten wir Ihnen ein attraktives Zusatz- und Alternativprogramm – ideal auch für Begleitpersonen und Nicht-Läufer.**



# Südtiroler Gipfelglück

Die Lauf- und Trainingswoche im Juni 2015 war sowohl für ambitionierte Läufer als auch für Berg-Neulinge wie mich konzipiert. Höhepunkt dieser Woche war natürlich die Teilnahme am Brixen Dolomiten Marathon. Unser Marathonläufer Matthias Welz musste bereits um 7.30 Uhr an der Startlinie sein, die Staffeln um 8.00 Uhr. Alle Läufer erreichten gesund und munter das Ziel mit tollen Ergebnissen. Besonders große Freude herrschte bei unserer Frauenstaffel, die es sich zum Ziel gesetzt hatte, innerhalb der Zielzeit von 8 Stunden anzukommen. Dass diese Zeit ordentlich unterschritten wurde und sogar ein 10. Platz dabei herausprang, erfreute uns Mädels natürlich. Danke an alle, die uns so tatkräftig angefeuert und über die Strecke „geholfen“ haben.

**Wertvolle Tipps**

Wie wir das bei diesem wirklich anspruchsvollen Bergmarathon geschafft haben? Ein Blick zurück: Bei bestem Wetter wurden wir im 4-Sterne-Hotel Cendevaves von den Inhabern Birgit

Vom Flachland- zum Bergläufer: Voller atemberaubender Eindrücke kehrte eine Gruppe des LEX BOCHOLT RUNNING TEAMS von einer Laufwoche in Südtirol zurück – darunter auch Marlies, die ihre Eindrücke für uns niedergeschrieben hat.

und Christian Stuffer empfangen. Die Herzlichkeit der beiden und des gesamten Personals hat uns tief beeindruckt. In gemütlicher Runde wurde uns das Trainingsprogramm der nächsten Tage vorgestellt. Es sollte eine Woche mit einer Mischung aus aktivem Lauftraining, Gymnastik und Lauf-ABC sein. Zusätzlich wurden uns verschiedene Infoabende mit kompetenten Referenten geboten. Aus erster Hand wissen wir nun, wie wir unser Training verbessern und optimieren können.

Natürlich darf in meiner Betrachtung auch das Trainerteam Birgit, Christian und Albert nicht fehlen. In den letzten Jahren habe ich an Laufseminaren in Deutschland, Spanien und der Türkei teilgenommen – und ich kann sagen, dass diese Laufwoche in Südtirol alle anderen Laufwochen hinsichtlich Training, Betreuung, Unterkunft, Verpflegung, Freundlichkeit und Service um Längen übertroffen hat. Beispielsweise wurde unsere Laufkleidung nach jedem Training gewaschen. Die Herzlichkeit und Laufprofessionalität hat der ganzen Gruppe einfach nur gut getan. Die Infos über Ernährung und Trainingssteuerung waren super, wir werden diese gerne beherzigen.

Albert hat uns in dieser Laufwoche enorm weiter gebracht. Dank ihm haben wir gelernt, Berge zu erlaufen, ohne uns zu verletzen. Wir haben erfahren, dass Gymnastik nicht nur beweglich macht, sondern auch in gemeinsamer Runde äußerst lustig sein kann. Außerdem ist der Begriff Lauf-ABC für uns jetzt kein Fremdwort mehr. Danke an Euch alle, denn eines ist sicher: Cendevaves Team Südtirol - wir kommen wieder ...



Laufen rund um den Langkofel: Das Berg-Panorama in Südtirol bot den Teilnehmern des Trainingscamps eine traumhafte Kulisse



## VERTRAUENSVOLLE ZEITMESSUNG.

Jede zweite Veranstaltung arbeitet mit uns.

- **In Eigenregie**  
Mieten Sie unser Equipment zur kostengünstigen Zeitnahme.
- **Als Komplettservice**  
Ein kompetentes race|result Team führt die Zeitnahme für Sie **vor Ort** durch.
- race|result ist auch größter deutscher Lieferant von **Startnummern**, Sicherheitsnadeln und anderem Veranstaltungsmaterial.
- Überzeugen Sie sich von unserer **Qualität** und kürzesten Lieferzeiten zu **hervorragenden Preisen**.



**race | result**

Precision. Passion. German Engineering.

race result AG  
Haid-und-Neu-Straße 7  
76131 Karlsruhe  
info@raceresult.com  
[www.raceresult.com](http://www.raceresult.com)

# Die Zeit zählt

Die race result AG, seit 2014 GRR-Kooperationspartner, arbeitet inzwischen für weltweit fast 5.000 Veranstaltungen.

Das Fundament einer gelungenen Zeitnahme ruht auf zwei Pfeilern: Kompetenz und unermüdlichem Einsatz. Das lernte Sönke Petersen schnell, als er mit 16 Jahren schon federführend für die Zeitnahme beim City-Lauf in Glückstadt verantwortlich war. Dabei entstand die Software „Laufverwaltung“, die heute unter dem Namen „race result“ die Datenverarbeitung von Online-Anmeldung über Live-Auswertung bis hin zur Ergebnisveröffentlichung für weltweit fast 5.000 Veranstaltungen übernimmt.

2009 vertrauten schon etwa 1.000 Veranstaltungen auf die flexible und gut durchdachte Software und schätzten Petersens unermüdlichen Einsatz. Nach dem Studium in Karlsruhe, Harvard und Barcelona beschloss er, aus dem Projekt heraus eine Firma zu gründen. Heute beschäftigt die race result AG 19 Vollzeit- und vier Teilzeit-Angestellte sowie Distributoren in neun Ländern.

Der Ansporn des Firmengründers war, um die Software herum ein Komplettpaket zu bauen, das Hardware, Software und Veranstaltungsmaterial für jede denkbare Sportart umfasst, bei der Zeiten gemessen werden – egal ob Volkslauf, Marathon, Triathlon, Skirennen, 24h-MTB-Rennen, Radrennen oder jede andere denkbare Veranstaltung. Praktisch „rund um die Uhr“ sind die race resultler mit Ihren Kunden in über 50 Ländern weltweit im Austausch und haben große Freude daran, das Paket weiter auszubauen – immer gemäß dem tagtäglich neu gelebten Firmenslogan „Precision. Passion. German Engineering.“

### Jede Woche im Einsatz

Die Erfolge können sich sehen lassen: Die Firma wächst mit knapp 100 Prozent pro Jahr. 750 Zeitmessungssysteme sind während der Saison praktisch jedes Wochenende im Einsatz. Darunter sind sowohl Hunderte kleinere Veranstaltungen, für die der Organisator die Technik

mietet und die Zeitnahme kostengünstig in Eigenregie durchführt, als auch hochkarätige Veranstaltungen wie der Jerusalem-Marathon oder die Tour Down Under mit einem Einsatz von teilweise mehr als zwei Dutzend Systemen. In Deutschland arbeitet etwa die Hälfte der lokalen Zeitnahme-Firmen mit race result-Technik, sodass diese für Großevents einfach kooperieren können, da sie sowohl die gleiche Hardware als auch Software nutzen. Auch race result selbst tritt als race result Germany in Deutschland auf und ist so zentrale Anlaufstelle für Großveranstaltungen, die dann im Zusammenschluss mit dem Timer-Netzwerk kosteneffizient durchgeführt werden können.

Noch ist der Heimatmarkt Deutschland der umsatzstärkste Markt für race result, allerdings werden bereits heute über 70 Prozent des Umsatzes im Ausland erwirtschaftet: In nahezu allen Ländern Europas, in Afrika, im mittleren Osten, in Asien, in Australien, und vor allem in

den USA genießt German Engineering größtes Vertrauen.

### Gutes Verhältnis von Preis und Leistung

Neben Hardware und Software sind auch sehr innovative Bestell- und Produktionsabläufe Kern der race result AG. Was heute unter dem Stichwort "Industrie 4.0" durch die Presse geht, wird bei race result schon lange gelebt: Die Bestellungen der Startnummern mit integriertem Transponder erfolgen kurzfristig. Das Grafik-Team stimmt das Layout binnen weniger Stunden mit dem Kunden ab und die kundenindividuelle Produktion kann anlaufen. Das heißt modernster Digital-Druck und automatische Weiterverarbeitung, sodass die Ware pünktlich am bereits bei der Bestellung ausgewählten Liefertermin ankommt – auf Wunsch auch 30.000 Startnummern von heute auf morgen.

Durch die hervorragenden Preise, die exzellente Druck-Qualität und die kurzfristige Lieferung mit Lieferzeit-Garantie ist race result in diesem Segment binnen kurzer Zeit größter Anbieter in Deutschland geworden. Inzwischen verlassen pro Jahr rund 5 Millionen Startnummern das race result-Produktionscenter, dazu kommt sämtliches Zubehör wie T-Shirts, Absperrband oder auch 50 Millionen Sicherheitsnadeln. ■



# RUN GREEN

erlebe die grüne Lunge des Rheinlandes

## 42. Königsforst-Marathon

Halbmarathon – 10 km – 5 km

Sonntag, 13. März 2016



## in Bensberg bei Köln

schnelle Anfahrt über die A1 – A3 – A4

Finisher-Medaille – Nettozeiten – Massage- und Shuttle-Service

[www.koenigsforst-marathon.de](http://www.koenigsforst-marathon.de)



Wir unterstützen die Bergische Greifvogelhilfe

Ausrichter: **TV REFRATH**  
running team

Weitere TVR-Läufe 2016:

24.04. 13. Kirschblütenlauf  
23.10. 31. Refrath Herbstlauf  
06.11. 12. Bensberger Martinilauf

INTERSPORT  
HAEGER

BROOKS

BELKAW

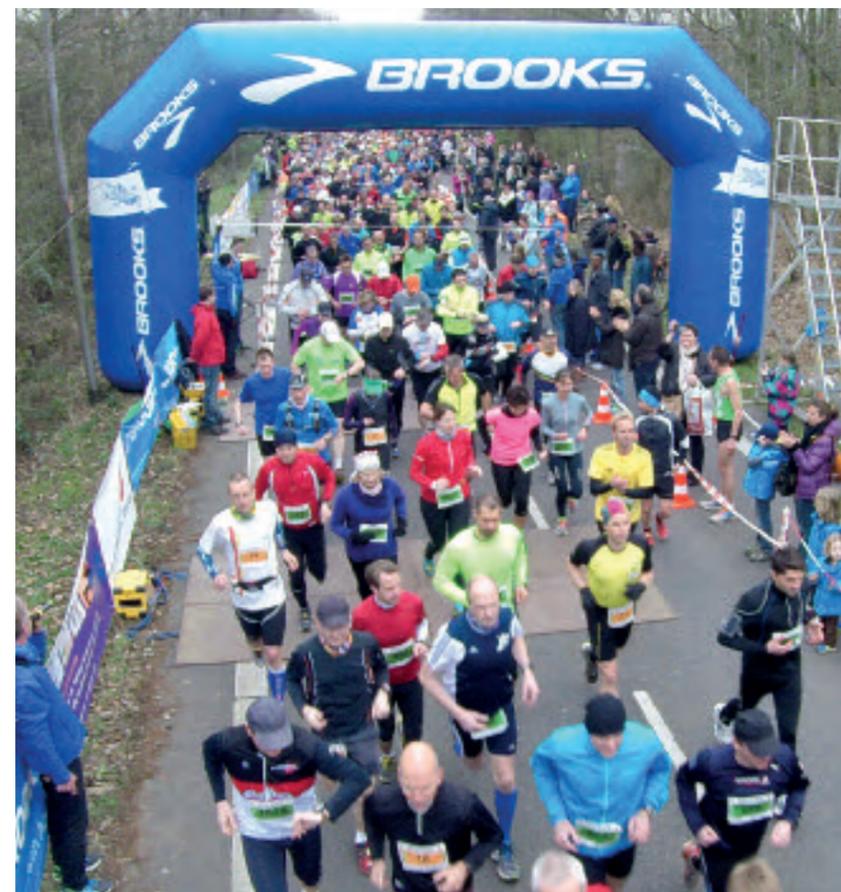
DEXTRO  
KUNSTSTOFF

Krombacher  
ALKOHOLFREI

bast

ASB  
Arbeitsgemeinschaft Sport  
Bergischer Land

13.03.2016 Königsforst-Marathon



Startschuss im Wald: Der Königsforst-Marathon schickt seine Teilnehmer im östlich von Köln gelegenen Waldgebiet auf die Strecke

## Im Einklang mit der Natur

Mit dem Slogan „Run Green“ möchte der traditionsreiche Königsforst-Marathon vor den Toren Kölns einen Beitrag zum Umweltverständnis und zur Nachhaltigkeit leisten.

Wenn das nicht ein besonderes Jubiläum ist: Am 13. März findet der 42. Königsforst-Marathon statt, bei dem neben dem teilnehmerstarken Halbmarathon titelgetreu natürlich der Fokus auf der 42,195 km-Strecke liegt. Vor einem Jahr hat das TV Refrath running team mit Jochen Baumhof an der Spitze die Organisation und damit auch die Verantwortung für diesen Traditionslauf aus den Händen von Manfred Blasberg und dem Königsforst-Marathon e.V. übernommen, die diesen Lauf 35 Jahre lang ausgerich-

tet haben. „Wir möchten den KFM als überregionalen Lauf ausbauen“, nennt Jochen Baumhof ein erstes Ziel. „Möglichst auch in Richtung Benelux-Staaten.“ Er kennt übrigens die Veranstaltung im Königsforst, dem größten zusammenhängenden Waldgebiet der rechtsrheinischen Mittelterrasse mit den Stadtgebieten von Köln, Bergisch Gladbach und Rösrath an der Peripherie.

rie, bestens – und das sowohl als aktiver Teilnehmer, als auch seit Jahren als fachkundiger Moderator auf Augenhöhe mit den Läufern.

Mit dem Slogan „Run Green“ soll der Königsforst-Marathon künftig seinen Weg gehen – und dabei mehr als nur ein Landschaftsmarathon sein, sondern vielmehr als eine Veranstaltung, die im Einklang mit der Natur im besten Umweltverständnis steht. „Unser Ziel ist es, einen der ältesten Marathons in Deutschland Stück für Stück als eine klimaneutrale Laufveranstaltung zu organisieren“, erklärt Jochen Baumhof. Dazu gehören zunächst auch ein Shuttle-Service des ÖPNV oder das Run Green-Shirt.

Für die Sicherheit der Läufer ist bestens gesorgt: Der Königsforst-Marathonpartner ASB hat ein ausgeklügeltes Versorgungs- und Rettungssystem entwickelt: Auf dem 2-Runden-Marathonparcours sind alle 500 Meter Standorttafeln aufgestellt, damit im Notfall schnelle Hilfe geleistet werden kann. Und auch in Sachen Charity gehen die Macher um Jochen Baumhof neue Wege: Sie unterstützen die Bergische Greifvogelhilfe. Die Station im Königsforst pflegt verletzte und kranke Greifvögel.

Ein Blick in die Analen des Königsforst-Marathon zeigt, dass man vor den Toren Kölns keineswegs nur „grün“ laufen kann, sondern auch reichlich schnell. Über die Marathondistanz sorgte Premierensieger Helmut Urbach mit 2:25:46 Stunden für eine Klassezeit, die auch heute noch als Kursrekord Bestand hat, während Birgit Lennartz 20 Jahre später mit 2:53:32 Stunden die bislang schnellste Zeit lief. Kurt Stenzel und Michael Longthorn halten seit 1984 den Halbmarathon-Streckenrekord mit 1:06:04 Stunden. 2015 liefen über alle Strecken hinweg fast 1.300 Finisher über die Zielinie, das Hauptkontingent dabei über die halbe Marathondistanz. Der Start befindet sich auf der Brüderstraße, direkt am Königsforst, dem einstigen Jagdrevier von Kurfürst Jan Wellem. Heute ist der Königsforst Jagdgebiet für die Ausdauersportler, die bereits im März den Auftakt zur Frühlingslaufsaison nicht verpassen möchten. ■

[www.koenigsforst-marathon.de](http://www.koenigsforst-marathon.de)

**Wir können laufen -  
und das schon  
seit 70 Jahren!**

**DER älteste Straßenlauf  
Deutschlands feiert Geburtstag.**



**Karsamstag,  
26. März 2016  
ab 10.00 Uhr**

- 5 km, 10 km
- Halbmarathon
- Inline-Skating
- Nordic Walking
- Bambini-Läufe
- Handbike-Race

**www.paderborner-osterlauf.de**

Veranstalter:



SC Grün-Weiß  
1920 e.V. Paderborn



paderborn.de  
Paderborn  
überzeugt.



## Geburtstagsparty an der Pader

Deutschlands ältester Straßenlauf wird Siebzig! Grund genug, für den Titel des GRR-Magazins ein attraktives Startbild des Paderborner Osterlaufes auszuwählen.

Die Paderborner sind die Pioniere des deutschen Straßenlaufes. Die Organisation mit Christian Stork und Mathias Vetter an der Spitze der Osterlauf GmbH ist die Fortschreibung eines Erfolgsmodells, das sich (auch) an den stetig steigenden Teilnehmerzahlen erkennen lässt: Mit der neuen Rekordbeteiligung von 11.052 Läufern gab es nun schon im vierten Jahr in Folge eine neue Höchstmarke. Wenn im Überschwang der Gefühle heuer der Begriff „Bundesligastadt“ nach dem Aufstieg der Profifußballer in die höchste deutsche Spielklasse im Ortschaft Eingang gefunden hat, dann hätte dieses schon seit Jahrzehnten für die Organisation des Paderborner Osterlaufes eingefordert werden müssen. Das Stadt-Motto „Paderborn überzeugt...“ gilt nämlich auch für den Osterlauf schon lange. Schnelle Zeiten über 10 km und über die Halbmarathon-Distanz sind gesetzt und haben Weltklasseniveau. Ebenso die Familienfreundlichkeit, denn das Laufangebot lässt keine Wünsche offen: Kindergarten- und Grundschulkinder, Walking und Nordic Walking, Inline-Wettbewerb und die beiden Klassiker über 10 km und die Halbmarathondistanz bieten ein Mitmach-Angebot für jedermann.

Für die beiden Geschäftsführer wird das Erfolgskonzept auch zur 70. Auflage gleich bleiben – ein spektakulärer Mix aus Spitzen- und Freizeitsport. Schließlich wurde man 2015 bei den Leichtathletik-Weltmeisterschaften in Peking bestätigt: Zwei Jahre nach seinem Überraschungserfolg als Halbmarathonsieger in Paderborn gewann der inzwischen 19 Jahre alte Ghirmay Ghebreslassie WM-Gold über die Marathondistanz.

Die Mischung macht's eben an der Pader. Und das war schon immer so beim ältesten deutschen Straßenlauf. Zum 40. Osterlauf-Geburtstag setzte Grete



**Mittendrin: Gemeinsam mit den Bambinis macht sich Paderborns Bürgermeister Michael Dreier (Mitte, grünes Shirt) auf die Strecke**

Waitz mit schier unglaublichen 1:22:28 Stunden im einst als Hauptwettbewerb gesetzten 25 km-Lauf ein neues weltweites Maß. Der ursprünglich als Volkslauf konzipierte 10 km-Lauf hat dem längeren Laufwettbewerb (aus 25 km wurden längst 21,097 km) an Popularität den Rang abgelassen. Jüngster Beleg sind 4.298 Meldungen.

Drehscheibe des Paderborner Osterlaufes ist das Sportzentrum – und seit 2015 nun auch der Osterpark auf dem Maspernplatz. Mit dieser Erweiterung hat man endlich die notwendige Entzerrung der Läufer- und Zuschauermassen erreicht. Trotz allem hat der Paderborner

Osterlauf aber auch weiterhin seine individuelle, persönliche Note behalten. Und dafür sorgt auch ZDF-Sportreporter Wolf-Dieter Poschmann, der mit viel Witz und Charme gekonnt durch das Vier-Stunden-Programm führt und auch gerne die Asse wie zuletzt den 10 km-Sieger Homiyu Tesfaye, die stark auftrumpfende Hindernisfrau Gesa-Felicitas Krause oder eben Sabrina Mockenhaupt zu Wort kommen lässt. Das Konzept dieses weit über alle Grenzen bekannten Oster-Straßenfestes an der Pader ist Oskar verdächtig. Freuen wir uns gemeinsam auf den 70. Geburtstag des Osterhasen in Paderborn! ■

**www.paderborner-osterlauf.de**

Anmeldung und Auskunft:

Paderborner Sportservice, Am Hoppenhof 33, 33095 Paderborn, Tel.: 0 52 51/88-19 28, Fax: 0 52 51/88-20 52

E-Mail: anmeldung@paderborner-osterlauf.de • Internet: http://www.paderborner-osterlauf.de

# HAJ HANNOVER MARATHON >>>

10.04.2016 HAJ Hannover Marathon



10. April 2016



>> DURCHSTARTEN  
auf Bestzeiten-Kurs!

[www.haj-marathon.de](http://www.haj-marathon.de)



Auch für die Kleinsten attraktiv: Beim KidsRun gehen Jahr für Jahr rund 2.000 Kinder in Hannover auf die Strecke

## Marathon mit Qualitätssiegel

Pünktlich zum 25-jährigen Jubiläum gingen 2015 beim HAJ Marathon Hannover erstmals mehr als 20.000 Aktive auf die Strecke.

Die Messestadt Hannover liegt nicht nur im Herzen Europas und verfügt über eine Vielzahl kultureller, geschichtlicher und wissenschaftlicher Highlights. Auch in sportlicher Hinsicht hat sich die Metropole der EXPO 2000 in den letzten Jahren zu einer der führenden Großstädte Deutschlands gemauert. Fußball, Eishockey, Handball, Basketball und der Marathon haben sich eine absolute Spitzenposition erarbeitet. 20.000 Aktive schnüren inzwischen im Frühjahr die Laufschuhe, um sich auf den verschiedenen Strecken zu messen und die Sehenswürdigkeiten der Stadt laufend zu erkunden. Dabei erwartet vor allem die Läufer über die klassischen 42,195 Kilometer eine für persönliche Bestzeiten nahezu prädestinierte extrem flache City-Strecke. Hier das schlossähnliche Rathaus, die 47 Meter hohe Waterloosäule, das WM-Stadion,

die HDI Arena oder das Opernhaus und das Welfenschloss der Universität Hannover, dort der drei Kilometer lange Maschsee, die „blaue Lunge“ der Stadt, die idyllischen Passagen entlang des Stadtwaldes Eilenriede, die Herrenhäuser Gärten und die Skulpturenmeile mit den weltberühmten Nanas – eine Marathonstrecke, die vielfältiger kaum sein kann.

Der HAJ Hannover-Marathon, benannt nach dem international geführten Drei-Letter-Code HAJ des Titelsponsors Hannover Airport, genießt dank der reibungslosen Organisation und seiner sportlichen Wertigkeit einen exzellenten Ruf und wurde inzwischen mit dem „Silver Label“ des Internationalen Leichtathletik-Verbandes (IAAF) mit ei-

nem Qualitätssiegel ausgezeichnet. In bester Harmonie stehen dabei Spitzen- und Freizeitsport im Fokus der Veranstaltung, schließlich garantieren internationale Topathleten dramatische Zieleinläufe. Aber auch die Freizeiltäufer aller Couleur leben mit ihren persönlichen Ziel-Zeiten ihren Traum. Die Suche nach dem fortsCHRITTLichsten Unternehmen elektrisiert ebenso wie die Charityaktivität für die Aktion Kindertraum, bei der zuletzt 20.000 Euro gesammelt werden konnten.

Am zweiten April-Wochenende wird die niedersächsische Metropole die 26. Marathon-Auflage erleben und die City erneut in eine sportliche Partyzone mit Zehntausenden von Zuschauern verwandeln. Ob der mit 2.000 Schülern rasch ausgebuchte KidsRun beim Kinder- und Familientag am Samstag oder dem umfassenden Marathonprogramm am Sonntag mit Marathon, Halbmarathon, 10 km-Lauf, dem immer mehr an Bedeutung gewinnenden Staffel-Marathon und den Wettbewerben für Skater, Handbiker und Walker – Hannover steht einmal mehr ganz im Zeichen des größten Laufspektakels Niedersachsens, zu dem ein Marathon Guide mit vielen Ausflugs- und Sightseeingtipps praktisch keine Wünsche offen lässt. ■

[www.haj-marathon.de](http://www.haj-marathon.de)



10.04.2016

mit Duo- & Halbmarathon



\*\* JUBILÄUMSLAUF \*\*

## DURCHSTARTEN – MITMACHEN – DABEI SEIN! Läuferlebnis Deutsche Weinstraße

**Start und Ziel im pfälzischen Bockenheim** (Landkreis Bad Dürkheim). Die anspruchsvollen Laufstrecken führen durch die reizvolle Landschaft des Weinbau-, Urlaubs- und Naherholungsgebietes Deutsche Weinstraße. Durch romantische Weindörfer, hin zum Dürkheimer Riesenfass, vorbei an 2.000 Jahre alten Zeugen der Weingeschichte und wieder ins Land der Leininger Grafen.

**Elf Verpflegungsstellen** (einschl. Start und Ziel) an denen selbstverständlich auch Pfälzer Wein angeboten wird. Außergewöhnliche Erfrischungen für die Athleten: Riesling-Schwämme in Dackenheim und Kleinkarlbach – Riesling-Dusche in Herxheim am Berg.

**In den Gemeinden an der Laufstrecke** präsentieren sich die Sport- und Kulturvereine den LäuferInnen sowie den Zuschauern und werden die erwarteten 30.000 Gäste bestens mit Pfälzer Spezialitäten, Weinen und spritzig frischen Jahrgangssekten bewirten.

## INFOS & ADRESSE

**Schirmherrin:** Ministerpräsidentin Malu Dreyer  
**Veranstalter:** Landkreis Bad Dürkheim  
**Ausrichter:** TSV Bockenheim | TSG Grünstadt  
**Start & Ziel:** Haus der Deutschen Weinstraße in Bockenheim  
**Startzeit:** 10:00 Uhr Marathon, Duo-Marathon und Halbmarathon

**Kreisverwaltung Bad Dürkheim**  
Marathon Deutsche Weinstraße  
Philipp-Fauth-Straße 11 · 67098 Bad Dürkheim  
Telefon: 06322 961-1015 (ab 14:00 Uhr)



info@Marathon-Deutsche-Weinstrasse.de  
www.Marathon-Deutsche-Weinstrasse.de  
facebook.com/MarathonDeutscheWeinstrasse



10.04.2016 Marathon Deutsche Weinstraße

# Weinfest im Laufschrift

In Bockenheim beginnt die Deutsche Weinstraße und dort steht auch das Haus der Deutschen Weinstraße. Bei der Eröffnung 1995 kamen Ministerpräsident Kurt Beck und Landrat Georg Kalbfuß auf die Idee, auf dieser Route auch einen Marathon auszutragen – drei Jahre später gab es die Premiere zu einem der schönsten Landschaftsläufe Deutschlands. Der Termin im April ist für die Läufer mit einem weiteren Genuss gleichbedeutend, denn sie laufen zur Zeit der Mandelblüte durch die pfälzische Toskana. Eine Anmeldung für die zehnte Auflage am 10. April 2016 ist frühzeitig ratsam, denn das Starterfeld füllt sich erfahrungsgemäß schnell und ist limitiert. Zum kleinen Jubiläum gibt es zudem eine Premiere, denn erstmals findet ein Duo-Marathon statt, bei dem sich zwei Läufer die Strecke teilen, Wechsellpunkt ist am Römerplatz in Bad Dürkheim.

Die Teilnehmer erwartet weitaus mehr als ein sportlicher Wettstreit, denn der Marathon ist eigentlich ein 42 Kilometer langes Weinfest. Malu Dreyer, die Ministerpräsidentin des Landes, bezeichnet den Marathon Deutsche Weinstraße als eine „Kombination aus sportlicher He-

Im Zwei-Jahres-Rhythmus führt der Marathon Deutsche Weinstraße durch die „pfälzische Toskana“ und bietet den Teilnehmern eine gelungene Kombination aus sportlicher Herausforderung und landschaftlichem Reiz.

ausforderung und landschaftlichem Reiz“. Und das exquisite Rahmenprogramm ist „Ein Erlebnis für Alle“ und bietet von der Sport- und Gesundheitsmesse bis hin zum Spielfest und den Mit-Mach-Aktionen eine bunte Vielfalt. Per Bus kann am Vortag die Strecke besichtigt werden. Wer mag, darf dabei auch ein Gläschen Pfälzer Wein probieren. Eine Flasche Marathon-Wein steht aber sowieso für jeden Teilnehmer parat, denn die gibt es zusammen mit den Startunterlagen gratis. Und nicht nur die Finisher-Medaille erinnert an den Pfälzer Wein, sondern auch der in Trau-

benform gestaltete Schwamm zur Erfrischung. Die Besichtigung der Strecke ist vorab zu empfehlen, denn das Urlaubsgebiet Deutsche Weinstraße besitzt ein durchaus profiliertes Gelände. Insgesamt 500 Höhenmeter warten auf die Marathonläufer. In Anbetracht der weiligen Strecke sind die Streckenrekorde von 2:24:42 bzw. 2:49:28 Stunden respektabel. Die Strecke führt quer durch die Weinberge mit einigen der besten Weinlagen des Landes, in elf Weinorten gibt es Feste mit vielen Aktionen und der sprichwörtlichen pfälzischen Gastfreundschaft. Auch den vielen Zuschauern am Streckenrand wird mit Pfälzer Wein und anderen Spezialitäten einiges geboten. Neben den Weinfesten entlang der Strecke gibt es für die Läufer noch etwas Besonderes zu sehen: In Bad Dürkheim führt die Strecke direkt am größten Weinfass der Welt vorbei. Und in Kleinkarlbach warten für die Halbmarathonläufer und in Dackenheim für die Marathonis Weinzuber mit trockenem Riesling, in die die Läufer ihre Schwämme tauchen können – und in Herxheim am Berg steht eine Riesling-Dusche (!) bereit, um den nötigen Schwung für die letzten Kilometer zu verleihen. ■



Auf ihrem 42,195 Kilometer langen Weg passieren die Läufer die imposanten Weinberge der Region

[www.marathon-deutsche-weinstrasse.de](http://www.marathon-deutsche-weinstrasse.de)

# 31. Haspa Marathon Hamburg

Sonntag | 17. April 2016



Steigende Teilnehmerzahlen, wachsendes Publikumsinteresse: Der Haspa Hamburg Marathon befindet sich wieder im Aufwind

## Das Flagschiff im Norden

Über 20.000 Läufer waren 2015 bei der Jubiläumsauflage „30 Jahre Hamburg-Marathon“ an Alster und Elbe auf der Strecke.

Der Hamburg-Marathon ist 30 – und das traditionsreiche Rennen wartet mit wachsenden Teilnehmerzahlen und neuen Rekorden auf. Dass das zwischenzeitlich etwas verlorene Terrain mit neuen Organisatoren zurückerobert wurde, ist mehr als eine Randnotiz wert. Mit 16.000 Meldungen und knapp 15.000 Finishern trotz Dauerregen ist man ohne die gerne hinzugezählten Nebenwettbewerbe in Deutschland die klare Nummer zwei hinter dem Branchenkrösus Berlin. Dass es auch an der Spitze stramm aufwärts geht, das zeigen die Auflagen von 2012 bis 2014 eindrucksvoll. Der Streckenrekord bei den Männern wurde durch Shami Dawid (2:05:58/2012) und letztlich durch den früheren 5.000 m-Weltmeister Eliud Kipchoge (2:05:30/2013) gleich zweimal verbessert, zudem bei den Frauen durch Netsanet Abeyo (2:24:12/2012). Diese Erfolge tragen die Handschrift des holländischen Managers Jos Hermens, der den sportlichen Bereich des Hamburg-Marathon mitgestaltet. 2015 stürm-

te der 19 Jahre alte Ghirmay Ghebreslasie als Zweiter (2:07:47) über die Ziellinie – bevor er vier Monate später in Peking Marathon-Weltmeister werden sollte. Doch Rekorde sind eines, die Zufriedenheit des Stammpublikums ist das andere. 2014 und 2015 stiegen die Teilnehmerzahlen weiter an. Nicht eingerechnet dabei die 1.500 Marathonstaffeln und das stetig wachsende Feld der Jugendlichen beim Zehntel-Marathon. Erfreulich, dass Hamburg neben dem Fokus auf internationale Eliteläufer auch einen Blick auf die deutsche Marathonspitze hat – auch wenn Julian Flügel, Steffen Uliczka oder Sabrina Mockenhaupt keinen Platz auf dem Podium erobern konnten. Das Flagschiff des Nordens setzt beharrlich auf dem Weg zu früheren Glanzzeiten alleine auf die olympische Laufdistanz. Die Messlatte von 20.000 Teilneh-

mern ist mit vereinten Kräften (sprich der Schüler am Vortag) inzwischen überwunden. Dazu herrscht immer viel Trubel auf dem Messegelände, zu dem der Hamburg-Marathon nach einigen Irrungen zurückgekehrt ist. Dies gilt natürlich auch für die Sportmesse in den Messe- und Congresshallen, das Gedränge ist auch hier wieder deutlich gestiegen – auch das ein spürbarer Beleg für das neue Interesse am Hamburg-Marathon. Schade war bei der Jubiläumsauflage lediglich, dass bei Dauerregen die Stimmung nicht so recht überschwappen wollte wie man es in Hamburg durchaus gewohnt ist. Dann eben zur 31. Auflage, wenn die Stimmung zwischen Messe, der Reeperbahn, den Landungsbrücken, der Binnen- und Außenalster und den Stadtteilen wie Alsterdorf, Ohlsdorf und Eppendorf wieder wie gewohnt Spitze sein wird. ■

Jetzt günstig anmelden! [WWW.HASPA-MARATHON-HAMBURG.DE](http://WWW.HASPA-MARATHON-HAMBURG.DE)



[www.haspa-marathon-hamburg.de](http://www.haspa-marathon-hamburg.de)



# 28. Würzburger Residenzlauf

Sonntag, 24. April 2016

## Veranstalter:

Stadt Würzburg, Fachbereich Sport

Würzburger Residenzlauf  
Veranstaltungsgesellschaft UG  
(haftungsbeschränkt)



**Traditionsreicher 10 km-Lauf**  
**Asse-Lauf mit Weltbestzeiten**  
**Große Schüler- und Kinderläufe**  
**Internationales Handbike-Rennen**

## Laufstrecken

0,6 km (Kindergarten),  
1,0 km (Bambini), 1,8 km (Schüler),  
2,5 km, 5 km und 10 km

**attraktiver 2,5 km-Rundkurs** um das Weltkulturerbe  
Würzburger Residenz

**Neu:** Teilnahme mit und ohne Zeitnahme möglich

**ganztägig Familienprogramm** auf dem Residenzplatz

[www.residenzlauf.de](http://www.residenzlauf.de)



Rasanter Rundkurs: Das Rennen über 10 Kilometer gehört, was die Siegerzeiten anbelangt, zu den besten weltweit

## Perfekte Mischung

Nur wenige Straßenlauf-Veranstalter verstehen es so gut wie die Organisatoren des Residenzlaufes, sowohl hochklassige Leistungen zu produzieren, als auch den Nachwuchs für den Laufsport zu begeistern.

Würzburg steht für Weltklasse, Breitensport und Nachwuchsförderung. Mit Blick auf die Siegzeiten der vergangenen Jahre gehört das Eliterennen über 10 km zu den besten weltweit über diese Distanz. Dagegen beträgt die Streckenlänge beim kürzesten Wettbewerb für Kinder lediglich 600 Meter, die Begeisterung ist aber nicht minder groß und es geht ähnlich turbulent zur Sache.

Mit dieser Mischung hat der Würzburger Residenzlauf seit Jahren Erfolg. 2010 wurde erstmals die Schallmauer von 7.000 Anmeldungen durchbrochen. 2015 gab es mit 7.364 eine neue Höchstmarke zu verzeichnen. Und das Programm kommt an: An der schnellen 2,5 km-Runde stehen Jahr für Jahr zwischen 10.000 und 15.000 Zuschauer. Der Residenzlauf-Termin ist zumeist am letzten April-Sonntag, es sei denn, dass wegen der Osterfeiertage die Veranstaltung um die eine oder andere Woche vorrücken muss. Im Prinzip aber gilt: Wenn im April der Residenzlauf angesetzt ist,

dann ist Lauftag – und das gilt für den gesamten Unterfrankenraum. Die Strecke führt die Läufer rund um den historischen Hofgarten der Würzburger Residenz, sowohl beim Hauptlauf als auch beim Rennen der Asse geht es über vier Runden. Eine tolle Gelegenheit für die Zuschauer, den Rennverlauf hautnah verfolgen zu können. Für Abwechslung zwischen den Rennen sorgt im Start-Ziel-Bereich an der Residenz ein buntes Rahmenprogramm. Obwohl die Strecke nicht ganz flach ist, ist sie nachweislich sehr schnell. 2010 bestätigte 10 km-Weltrekordler Leonard Komon seine Ausnahmestellung mit dem derzeit gültigen Kursrekord von 27:33 Minuten. Und auch wenn es einmal keinen Rekord gibt, schreiben die Sieger wie 2015 ihre eigene Story: Bei der 27. Auflage gewann mit Japhet Korir und

Caroline Chepkemai ein Lauf-Ehepaar aus dem kenianischen Hochland. Und Japhet Korir lief mit 27:47 Minuten sogar eine Jahresweltbestleistung. Für die international beachtlichste Zeit sorgte 2014 die Cross-WM-Fünfte Margaret Wangari mit 31:16 Minuten. Der Residenzlauf ist aber zugleich auch der Boden für Lokalmatadore wie Patrick und Dominik Karl. Oder für den erst 16 Jahre alten Mebrahtom Gebrehiwet. Der Flüchtling aus Eritrea, der von der evangelischen Kinder- und Jugendhilfe betreut wird, sorgte 2015 mit seinem Sieg im Hauptlauf vor über 2000 Mitbewerbern für einen emotionalen Höhepunkt. Übrigens, wenn Marathon-Weltrekordler wie Patrick Makau oder Tegla Loroupe oder die schnellen deutschen Frauen Irina Mikitenko und Sabrina Mockenhaupt auf dem pfeilschnellen Rundkurs um die Residenz ihre Visitenkarte abgeben, dann hat dies einen hohen Nachahmens-Faktor. Dies gilt für die 2.000 Freizeitläufer ebenso wie für die inzwischen 4.000 Kids bei Deutschlands größtem Schülerlauf. ■



re|pe|con

April 24 2016 METRO GROUP MARATHON DÜSSELDORF



# R(h)eine Freude!



 metrogroup-marathon.de

# Rheinische Freude

Dank attraktiver Strecke und guter Zeiten hat sich der METRO GROUP Marathon längst zu einem Aushängeschild der deutschen Laufszenen gemauert.



R(h)eines Vergnügens: Nach der lautstarken Unterstützung der Zuschauer entlang der Strecke, feiern sich die Läufer im Ziel selbst

Der METRO GROUP Marathon Düsseldorf, der seit 2010 mit dem IAAF Road Race Bronze Label ausgezeichnet ist, ist längst zu einer festen Größe in der nationalen und internationalen Marathonszene geworden. Mit dem Slogan „Das Lauferlebnis im Rheinland“ wird zwar eine gewisse Regionalität deutlich, aber Düsseldorf ist längst eine Weltstadt geworden. Der internationale Flughafen vor den Toren Düsseldorfs hat natürlich für Race Director Jan Winschermann neue Möglichkeiten eröffnet, letztlich sind die 16.000 Teilnehmer aus 75 Nationen ein vorzeigbares Resultat der globalen Werbetätigkeiten. Eine tolle (Werbe) Unterstützung gab es übrigens 2015, als die Marathon-Flamme zu Gast in Düs-

seldorf war und eine Vielzahl von Prominenten beim Staffellauf zum Marktplatz vereinte. Die 42,195-km-Strecke durch die nordrhein-westfälische Landeshauptstadt ist schnell und attraktiv. Trotz Dauerregen lief Gilbert Yegon 2014 mit 2:08:06 Stunden lediglich 20 Sekunden über dem Streckenrekord von Dereje Debele Tulu (2013/2:07:46). Bei den Frauen hielt die US-Läuferin Annie Bersagel in 2:28:59 Stunden gleich vier afrikanische Läuferinnen in Schach. 2015 war wiederum die US-Läuferin bei nicht besseren Bedingungen mit 2:28:29 Stunden sogar

noch einen Tick schneller. In Düsseldorf setzt sich natürlich gerne auch Lokalheld André Pollmächer erfolgreich in Szene, so wie 2014, als er als Elfter in einem starken Spitzenfeld mit 2:13:58 Stunden das EM-Ticket lösen konnte. Der Rhein spielt bei der Streckenführung natürlich eine zentrale Rolle. Nach dem Start am Joseph-Beuys-Ufer geht es nach einer ersten Schleife zweimal über den Fluss. Vorbei an zum Teil dicht gedrängt stehenden Zuschauern führt der Kurs später über die Königsallee und durch die Altstadt, bevor das Ziel direkt am Rhein auf der Rheinuferpromenade erreicht wird. Der Schwerpunkt liegt in Düsseldorf auf der klassischen Distanz. Trotzdem gibt es zwei andere Läufe, die in den METRO Group Marathon integriert sind: Bei der Marathon-Staffel teilen sich vier Läufer die 42,195 km. 2015 wollten gleich über 12.000 Läufer dieses Teamvergnügen miteinander teilen. Dagegen scheint es beim Schülerlauf noch reichlich Potential zu geben.

Der Service für Läufer wird groß geschrieben. Mit „Chronotrack“, einem in die Startnummer integrierten Passiv-Transponder, gehen die Düsseldorf-Macher einen eigenen, prächtig funktionierenden Weg in der Zeitmessung. Für die Finisher werden unter anderem Massagen, ein Wellness-Bereich und Duschen angeboten, außerdem gibt es einen Biergarten im Nachziel-Bereich. Darüber hinaus gibt es für die Düsseldorf-Mitglieder mit dem Laufcamp eine sechsmonatige Trainingsunterstützung („Nach dem Marathon ist vor dem Marathon“) mit Treffpunkt sonntags auf dem Apolloplatz – mit Prominenten wie Sonja Oberem, Carsten Eich oder André Pollmächer. ■

[www.metrogroup-marathon.de](http://www.metrogroup-marathon.de)

# FASTEST SIGHTSEEING TOUR!

der lauf durch die schnellste stadt der schweiz.

Sonntag  
24. April  
2016



# zürichmarathon

**m** **marathon**

42,195 Kilometer durch Zürichs City und dem Zürichsee entlang.  
[www.zuerichmarathon.ch](http://www.zuerichmarathon.ch)

**t** **teamrun**

Die gleiche Strecke wie der Marathon, aufgeteilt auf vier Teilstrecken.  
[www.teamrun.ch](http://www.teamrun.ch)

**c** **cityrun**

Der Lauf durch Zürichs schnelle und attraktive Innenstadt.  
[www.cityrunzh.ch](http://www.cityrunzh.ch)

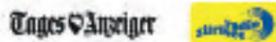
Sponsor:



Wegpartner:



Medienpartner:



# Rekordverdächtig

Unglaublich aber wahr: 70 Prozent der Marathonstarter laufen in Zürich eine neue persönliche Bestzeit. Und das spricht sich herum: Im 13. Jahr ist der Zürich-Marathon an der 10.000 Teilnehmer-Schwelle angekommen.



Frenetischer Jubel: Im Ziel am Hafendamm werden die Marathonis traditionell lautstark empfangen

2015 mit 9.698 Einschreibungen schon fast fünfstellig.

Zwar hat die Weltstadt am gleichnamigen See keine einprägsamen Bauwerke, doch dafür an einem der bedeutendsten Bankenplätze ein Höchstmaß an Lebensqualität inmitten einer reizvollen Gebirgslandschaft. Die 2010 optimierte Strecke ist zuschauerfreundlich, da man mit dem Schiff-Shuttle an attraktive Punkte wie Meilen, Herrliberg, Erlenbach, Küsnacht oder Zollikon kommen kann. Wer diesen Top-Service nicht nutzen möchte, der findet aber auch im städtischen Flair

Best time of your life“ ist das Motto des Zürich Marathon. Und der Untertitel „Der Lauf durch die schnellste Stadt der Schweiz“ wird hier schon präziser. Aber, um es klar zu stellen, hier geht es nicht um Sprintzeiten auf der schnellen Kunststoffbahn im Letzigrund, sondern um Marathon-Bestzeiten. Denn mit der unglaublichen Quote von 70 Prozent stellen Marathonstarter bei ihrem Lauf auf der Strecke entlang des Zürichsees persönliche Hausrekorde auf. Aber auch das frühere Motto hat nichts von seiner Gültigkeit verloren, denn die beiden 2013er Sieger Tadesse Abraham und Lisa Stublic haben mit ihren Topzeiten von 2:07:44 bzw. 2:25:44 Stunden bewiesen, dass „Zürich goes fast!“ seine absolute Berechtigung hat. 2015 war man an der Spitze deutlich länger unterwegs, es siegte der Kenianer Edwin Kemboi in 2:11:34 Stunden.

Der Zürich Marathon ist überaus popu-

lär, schließlich kommen 75 Nationen in die Stadt mit Atmosphäre. Es ist aber nicht alleine die schnelle Strecke, die im April die Läufer scharenweise in die Schweiz lockt. Die Stadt hat einen großen Unterhaltungswert mit einem interessanten Dreiklang von Natur, Kultur und Gastronomie. Eine exzellente Organisation rundet das Gesamtpaket Zürich Marathon in beeindruckender Weise ab. Doch bis es soweit war, musste der frühere Weltklasseläufer und heutige OK-Chef Bruno Lafranchi viele Kämpfe bestreiten – und wichtige auf dem Weg zur Installation eines weltweit beachteten Marathons gewinnen. Auf Anhieb etablierte sich der Zürich Marathon im Jahr 2003 als größter Schweizer Marathon. Über alle Wettbewerbe hinweg war man

eine tolle Stimmung. Denn die Streckenabschnitte der Bankenmetropole mit General-Guisan-Quai, Talstraße, Sihlporte, Bahnhofstraße, Bürkiplatz, Quaibrücke und Bellevue sind auf ihre Weise nicht minder attraktiv. Start und Ziel ist am Mythenquai am Hafendamm, wo die Begeisterung der Marathonfans keine Grenzen kennt. Im Festsdorfli sind die Finisher-Szenen aber auch auf einer Großbildwand zu sehen.

Neben dem Teamrun mit 3.700 Läufern sorgt der zum 10-jährigen Jubiläum 2012 installierte 10 km Cityrun für kräftigen Trubel, der bereits 3.000 Läufer anlockt. Unter dem Motto „Wer Spaß hat gewinnt“ werden außerdem auch die kreativsten und witzigsten Läufer(outfits) prämiert. ■

[www.zurichmarathon.ch](http://www.zurichmarathon.ch)

# SALZBURGMARATHON

1. MAI 2016

ONE OF THE  
FINEST SMALL  
MARATHONS  
OF THE WORLD



Laufen vor traumhafter Kulisse: Die Strecke in Salzburg führt die Teilnehmer an zahlreichen Sehenswürdigkeiten vorbei

## Aktive Tage in der Mozart-Stadt

Bei den „active days“ in Salzburg ist garantiert für jeden Teilnehmer genau das Richtige dabei: Der stimmungsvollen Eröffnung der Marathon-Mall folgen am Freitag der Night-Run und der Citywalk. Am Samstag steht der Familientag mit vielen Charitys auf dem Programm, bevor dann am Sonntag die Hauptläufe mit dem Marathon inklusive der Österreichischen Staatsmeisterschaften für Aktive und Mastersläufer über die Bühne geht. Letztere werden übrigens seit 2007 bereits zum fünften Mal in der Mozart-Stadt ausgetragen. Und damit möglichst viele Teilnehmer ihr persönliches Zeit-Ziel erreichen, stehen gleich zehn Pacemaker parat. Neben den Einzelwettbewerben wird aber auch der Mannschaftsgeist groß geschrieben: Im Teamlauf teilen sich jeweils drei Läufer die Marathon- oder Halbmarathonstrecke. Zudem gibt es eine Community Challenge, bei der alle Einzelresultate in den Laufwettbewerben Marathon, Halbmarathon und 10 km nach einem Punkteschlüssel in die Wertung eingehen.

Für alle, die die Herausforderung Mara-

Das Wochenende vom 29. April bis 1. Mai 2016 steht in Salzburg wieder ganz im Zeichen der „get active days“. Das attraktive Programm bietet den Besuchern viele Stationen zum Mitmachen.

thon annehmen, gibt es noch eine gute Nachricht: Selbst wenn es am Tag X nicht nach Wunsch klappen sollte, werden die Teilnehmer automatisch in die Wertung des Halbmarathons aufgenommen und erhalten so die wohlverdiente Medaille. Eine weitere Laufalternative besteht mit dem 10 km-City-Run.

Erstmals werden 2016 mehr als 8.000 Läuferinnen und Läufer aus über 70 Nationen die Lauffestspiele in der Mozart-

Stadt und das einzigartige Flair dieser Veranstaltung genießen. Die flache Strecke führt die Läufer unmittelbar an den schönsten Sehenswürdigkeiten Salzburgs vorbei. Der Start- und Zielbereich befindet sich am Residenzplatz direkt am Fuße der Festung Hohensalzburg und damit inmitten der Salzburger Altstadt, die zum UNESCO Weltkulturerbe zählt.

Unter dem Motto „Gemeinsam helfen!“ unterstützt der Salzburg-Marathon zahlreiche Charityprojekte, die auch über die nationalen Grenzen hinaus führen. Der Marathon in der Mozart-Stadt ist die einzige Marathon-Veranstaltung weltweit, die bereits sechsmal in Folge mit einem offiziellen BIO-Zertifikat ausgezeichnet wurde. Dank eines gezielten ÖKO-Konzepts nimmt der Salzburg Marathon eine Vorreiterrolle auf dem Gebiet der Nachhaltigkeit und des Umweltschutzes ein. Unterstützt von Bio Österreich setzen die Macher des Salzburg-Marathons auf Bio, das beginnt mit der Verpflegung und reicht bis hin zum zertifizierten Fair-Trade-Shirt der Teilnehmer. ■

### DIE LAUFFESTSPIELE IN DER MOZARTSTADT.

Der Salzburg Marathon als Bühne der Welt. Mit Start und Ziel in der traumhaften Kulisse des UNESCO Weltkulturerbes Salzburger Altstadt. Der Marathon führt auf einem flachen und schnellen Kurs zu einzigartigen Sehenswürdigkeiten. Das Event für die ganze Familie.

**WERDE FAN AUF FACEBOOK!**  
TIPPS & TRICKS, GEWINNSPIELE, NEWS UND VIELES MEHR.

visit [salzburg-marathon.at](http://salzburg-marathon.at)

[www.salzburg-marathon.at](http://www.salzburg-marathon.at)

# Natur pur

Der Oberelbe-Marathon ist kein Rennen, bei dem es um rekordverdächtige Zeiten geht – hier steht ganz klar der Reiz der Landschaft im Vordergrund.

Zur 19. Auflage laden die Macher des Oberelbe-Marathons am letzten Sonntag im April auf den Elberadweg zwischen Königstein und Dresden ein. Seit 18 Jahren schon erfreut sich dieser Marathon, der seine Teilnehmer durch eine landschaftlich reizvolle und abwechslungsreiche Gegend führt, nun schon einer treuen Anhängerschaft. Und das mit gutem Grund: Hier die Felsformationen des Elbsandsteingebirges, dort die Elbe-Uferpromenade, dazu eine Sightseeingtour durch Dresden mit Blick auf die Frauenkirche und viele weitere kulturhistorische Se-

henswürdigkeiten. Der Marathon-Wettbewerb bietet einen 42 Kilometer langen Mix aus vorwiegend Natur und etwas City.

Beim Blick auf das Programm mit den unterschiedlichen Startorten wird klar, dass die Veranstalter ein organisatorisches Meisterwerk zu vollbringen haben. Nach 16 Auflagen wurde auch die ersehnte Marke von 6.000 Anmeldun-

gen überboten, die Finisherzahlen liegen aktuell mit 5.407 auf Rekordkurs. Logistisch für die Organisatoren nicht einfach, aber per Schienentransfer durchaus machbar sind die auseinander liegenden Startorte: Der Marathonstart erfolgt in Königstein, der Halbmarathon geht in Pirna los, der Start des Minimarthons erfolgt am Fährgarten und der 10 km-Lauf schickt seine Teilnehmer im Schillergarten am „Blauen Wunder“, Dresdens weltbekannter Hängebrücke, auf die Strecke. Besonders toll: Alle Wettbewerbe haben mit dem Heinz-Steyer-Stadion das gleiche Ziel. Und wenn dort wie 2015 noch ein Weltrekord durch Thomas Dold im 10 km-Rückwärtslaufen fällt, ist der Jubel natürlich besonders groß. ■

[www.oberelbe-marathon.de](http://www.oberelbe-marathon.de)

# Rundkurs durch die Weinregion

Die Region Heilbronn-Franken ist die größte Rotweinregion Deutschlands, die bekannteste Sorte ist der Trollinger – und nicht zuletzt deshalb auch der Namensgeber dieser liebevoll organisierten Laufveranstaltung.

Tausende Läufer und Walker machen sich jedes Jahr im Mai auf den Weg, die anspruchsvolle Strecke in der Region Heilbronn-Franken zu bewältigen – 6.500 waren es bei der 15. Auflage. Die Begeisterung der Zuschauer entlang der leicht profilierten Strecke ist sicherlich eines der Markenzeichen des Trollinger-Marathons, der familiäre Charakter sicherlich ein weiteres bei der größten Breitensport-Veranstaltung der Region. Die jährliche Läuferbefragung zeigt für die umsichtigen Organisatoren die Stärken und Schwächen auf, wenn-

gleich die vergebene Schulnote 1,4 kaum noch Verbesserungen zulassen dürfte.

Die Laufstrecken führen als Rundkurs durch die herrliche Landschaft und die stimmungsvolle Atmosphäre der Weinbaudörfer. Das Laufangebot beim „Trolli“ sieht neben dem Marathon und dem teilnehmerstarken Halbmarathon auch den Staffel-Marathon mit drei Startern

vor, für den jungen Laufnachwuchs gibt es zudem den Mini-Marathon und Kinder-/Jugendlauf.

Neben den Standards gibt es für die „Trolli“-Starter im Heilbronner Land auch eine Flasche Trollinger-Marathon-Wein. Und die besten Kostüme werden auf den Strecken zwischen Heilbronn und Brackenheim ebenso prämiert wie die schnellsten Läufer aus der Region. ■

[www.trollinger-marathon.de](http://www.trollinger-marathon.de)



In Darmstadt waren auch Deutschlands Lauf-Asse Sabrina Mockenhaupt und Anna Hahner mit von der Partie

# Ein Lauf bewegt die Welt

In 33 Ländern auf sechs Kontinenten, bei Tag und Nacht, bei Regen und Sonne, fiel exakt zur selben Zeit der Startschuss für 73.000 Läufer beim einzigartigen Charity-Lauf Wings for Life World Run. Das Besondere am Lauf: Es gibt keine fixe Ziellinie, die Läufer werden von Catcher Cars eingeholt, die 30 Minuten nach dem Start die Verfolgung aufnehmen. Deutschland war bei dem globalen Event mit den beiden Austragungsorten München und Darmstadt vertreten.

In München liefen 3.303, in Darmstadt gemeinsam mit den Topläuferinnen Sabrina Mockenhaupt und Anna Hahner 2.325 StarterInnen. Wie schon 2014 ging der globale Gesamtsieg auch 2015 an den wiederum in Österreich startenden Äthiopier Lemawork Ketema, der nach über fünf Stunden bei Kilometer 79,9 als weltweit letzter Läufer vom Catcher Car eingeholt wurde. Den internationalen Damen-Sieg errang Yuuko Watanabe aus Japan (56,3 km). Am weitesten ka-

Über 73.000 Läufer gingen am 3. Mai 2015 in 33 Ländern gleichzeitig beim Wings of Life World Run auf die Strecke – und sammelten über 4,2 Millionen Euro.

men in Deutschland mit Florian Neuschwander (74,5 km) und Laura Chacon Biebach (51,7 km) die Tagessieger in Darmstadt. Und auch bei den Start- und Spendengeldern wurde eine neue Bestmarke erreicht: Insgesamt kamen 4,2 Millionen Euro zusammen, die zu 100 Prozent in die Rückenmarksforschung fließen. Mitgründer der Wings for Life-Stiftung Heinz Kinigadner ging übrigens mit seinem querschnittsgelähmten Sohn Hannes in München auf die Strecke. Während die nahe Darmstadt lebende Deutschlandgewinnerin Laura Chacon

Biebach noch nie so lange gelaufen ist und über ihren Tagessieg mehr als überrascht war, ist der 20 km länger laufende Florian Neuschwander ein Ultraläufer der Extraklasse. „Bei so einer Distanz kann natürlich viel passieren. Ab Kilometer 70 habe ich einfach den Kopf ausgeschaltet, Vollgas gegeben und versucht, noch einmal alles rauszuholen“, resümierte der Frankfurter. „Nichtsdestotrotz hatte ich 74,5 Kilometer lang Spaß. Das Rennen als sechstbester Mann weltweit zu beenden, freut mich natürlich sehr.“ Die nationalen Sieger dürfen sich als Preis jeweils ihre Start-Location für den nächsten Wings for Life World Run aussuchen.

## Prominente Unterstützung

Wie weit kamen die Promis? In Darmstadt beendete die deutsche Langstreckenläuferin Anna Hahner ihr Rennen nach 31 Kilometern. Sie bestritt den Lauf mit ihrem „Team Anna“. „Auf den ersten

Kilometern war es mir wichtig, mit ihnen zu laufen. Denn das ist es, worum es bei diesem Lauf geht: Gemeinsam Laufen, für die, die es nicht können.“ Biathletin Miriam Gössner konnte bei Dauerregen in München ihr gestecktes Ziel erreichen, nämlich die 23 Kilometer von letztem Jahr aus Darmstadt zu übertreffen: „Es hat mir super viel Spaß gemacht. Leider musste ich dieses Jahr wegen meines Knies nach 26 Kilometer aufgeben. Nächstes Jahr will ich auf jeden Fall die 30 Kilometer schaffen.“

Im Gegensatz zum Dauerregen in München hatte man in Darmstadt anfangs noch etwas mehr Wetterglück, ehe jedoch nach zwei Stunden Laufdauer auch dort der Regen einsetzte. „Unser Plus war in diesem Jahr die veränderte Streckenführung, die wesentlich leichter zu laufen war, denn die Steigungen waren eher zu vernachlässigen. Durch die Einbindung zahlreicher Gemeinden gab es bei uns richtige Stimmungsnester, die den Läufern bei dem einsetzenden Regen auf ihrem Weg sicherlich ein Stück geholfen haben“, so Darmstadts Organisator Wilfried Raatz.

Neben der einzigartigen Stimmung und den sportlichen Bestleistungen steht beim Wings for Life World Run stets der gute Zweck im Mittelpunkt. Samuel Koch, Wings for Life World Run Botschafter, gab den Startschuss in Darmstadt und freute sich über das große En-



Nur fünf Männer liefen weltweit weiter: Florian Neuschwander schaffte beim Wings for Life World Run 74,6 Kilometer

gagement der Teilnehmer: „Im Vergleich zum letzten Jahr gab es eine tolle Steigerung. Die Anzahl der Läufer hat sich verdoppelt und in Kürze kann man sich bereits für den Wings for Life World Run am 8. Mai 2016 anmelden. Ich hoffe, da werden dann noch mehr Läufer am Start sein.“

## München rechnet mit 6.500 Läufern

Für das Jahr 2016 werden die beiden bisherigen Austragungsorte Darmstadt

und München allerdings nicht mehr gemeinsam auftreten. Das größere Wachstumspotential wird in München mit dem Start im Olympiagelände und einer teilweise neuen Streckenführung erwartet. „Wir rechnen mit 6.500 bis 7.000 Teilnehmern“, ist sich WfL-Projektleiterin Marie-Christine Hollerith sicher. Das weitläufige Gelände unter der einzigartigen Zeltdachkonstruktion ist ein idealer Anlaufpunkt für die komplette Organisation einer Veranstaltung dieser Größenordnung. Runners Village und der Start werden zentral auf dem Coubertinplatz sein.

Diese Läufer-Prognose hält Wilfried Raatz für Darmstadt hingegen für nicht machbar. Deshalb wird man in Darmstadt im Rahmen des Wings for Life World Run ein kleineres Laufprojekt starten, das weitaus weniger aufwändig sein wird. Eine für Trainingszwecke entwickelte Lauf-App kann am 8. Mai für das weltumspannende Charityprojekt genutzt werden, die erforderliche Registrierung ist für einen Spendenbeitrag von 4,99 Euro an die Stiftung Wings for Life World Run machbar. Damit könnte praktisch jeder sein eigenes Rennen an einem x-beliebigen Ort weltweit starten – in Darmstadt soll aber der größte „Selfie-Run“ auf einer kleinen Rundstrecke gelaufen werden. „Wir erwarten dabei eine Resonanz von vielleicht 1.000 Läufern, die auf diese spezielle Weise auch Teil des größten Charitylaufes weltweit sein werden!“



Heinz Kinigadner, Mitgründer der Wings for Life, ging in München gemeinsam mit seinem querschnittsgelähmten Sohn Hannes auf die Strecke

[www.wingsforlifeworldrun.com](http://www.wingsforlifeworldrun.com)

# Die schönsten 10 Meilen der Welt

Der Grand Prix von Bern erfreut sich Jahr für Jahr großer Beliebtheit: 2015 lockte der wohl größte Volkslauf der deutschsprachigen Schweiz wieder mehr als 30.000 Teilnehmer an die Startlinie.

Vorbei an allen wichtigen Sehenswürdigkeiten mit Bärengraben, Nydeggbücke, Zytglogge, Rathaus, Aare, Dählhölzliwald (Zoo), Bundeshaus und Münster ist der Grand-Prix von Bern eine regelrechte Sightseeingtour, die 2015 von wiederum über 30.000 Läufern aller Altersklassen und Leistungskategorien wahrgenommen wurde. Dabei konnte mit 28.288 Finishern die zweithöchste Zahl in der 34 Jahre alten Historie erreicht werden. Als „die schönsten 10 Meilen der Welt“ ist der Grand-Prix von Bern längst eine

Institution. Auch wenn über 90 Prozent der Starter aus dem Kanton Bern und den angrenzenden Kantonen kommen, hat der wohl größte Volkslauf der Deutschschweiz auch einen stattlichen Ausländeranteil mit Läufern aus immerhin bis zu 60 Nationen. Darunter waren auch schon Größen wie der frühere Marathon-Weltrekordler und Olympiasieger Haile Gebrselassie. Mit über 16.000 Finishern ist natürlich der Wettbewerb über 10 Meilen, was einer Länge von 16,093 km entspricht, die Hauptattraktion. Bis zu 30 Startblöcke

sind erforderlich, um diese riesige Läufer­schar auf die anspruchsvolle Strecke zu schicken. Fünf Verpflegungsstellen und die bei höheren Temperaturen installierten Duschen sorgen neben den vielen Brunnen am Streckenrand für die entsprechende Verpflegung und Erfrischung der Läufer. Für alle, denen die 10 Meilen noch zu lang sind, gibt es mit dem Altstadt-GP einen Lauf über 4,7 km. Der Bären-GP für Kinder rundet das Laufangebot bei dieser gigantischen Breitensportveranstaltung ab. Belohnt werden die Finisher mit einer Medaille, die nach einer Serie mit Museen nun die Wahrzeichen der Stadt zeigen. Nach dem Bundeshaus (2012) und dem Zytgloggeturm (2013) war 2014 auch das Rathaus schon an der Reihe. Speziell auf Firmen ausgerichtete Angebote, geführte Trainingseinheiten auf der Strecke, medizinische Symposien und das STBern-Running sind exzellente Möglichkeiten zur Vorbereitung auf diesen außergewöhnlichen Großanlass in der Bundeshauptstadt. ■

[www.gpbern.ch](http://www.gpbern.ch)



Von hier aus einmal quer durch die Hauptstadt: Die BIG 25 Berlin startet vor und endet im Olympiastadion

## Sightseeing durch die Hauptstadt

25 Kilometer quer durch die Berlin: Die BIG 25 Berlin ist eines der schönsten Lauf-Erlebnisse für ambitionierte Freizeitläufer aus der ganzen Welt.

Mehr als 11.000 Laufsport-Begeisterte waren im vergangenen Jahr am Start, die meisten über die lange Distanz von 25 Kilometern. Und die gleicht einer Stadtrundfahrt durch die deutsche Hauptstadt: Vom Start auf dem Olympischen Platz geht es durch Charlottenburg, über den Theodor-Heuss-Platz, vorbei an der Oper und über den Ernst-Reuter Platz in Richtung Tiergarten und Siegessäule. Das Brandenburger Tor, Unter den

Linden, Friedrichstraße, Gendarmenmarkt, Potsdamer Platz, Wittenbergplatz mit dem KaDeWe, Kurfürstendamm, Kaiser-Wilhelm-Gedächtniskirche sowie schließlich Messegelände und Funkturm sind weitere Strecken-Highlights. Das Ziel befindet sich auf

der blauen Laufbahn des Olympiastadions. Selbst erfahrene Halbmarathon-Läufer schätzen die sportliche Herausforderung der Strecke, auf der übrigens die beiden aktuellen 25-km-Weltrekorde aufgestellt wurden. Auf dem Papier klingen die zusätzlichen 4 Kilometer am Funkturm entlang ganz easy. Nur: Wer sich nach 20 Kilometern der lang gezogenen Steigung an der Masurenallee stellt, wird merken, dass sich Intervall- und Treppen-Training im Frühling wirklich gelohnt haben. Neben der klassischen 25-km-Distanz bietet das Team von „Berlin läuft!“ aber auch kürzere Strecken über die Halbmarathon-Distanz und eine 10-Kilometer-Strecke an, sowie für Teams eine 5x5-Kilometer-Staffel.

Ein Berlin-Sightseeing der ganz besonderen Art bietet außerdem die ASICS Grand 10 Berlin mit einer Passage durch den Zoologischen Garten. Der Startschuss für diese tierisch gute Laufveranstaltung über 10 Kilometer fällt am 9. Oktober 2016 vor dem Schloss Charlottenburg. Kurz nach dem Großen Stern biegt die Läufer-Karawane dann in den berühmten Zoo ab. Dort ist eigens für die ASICS Grand 10 Berlin eine Laufstrecke entlang der Tiergehege abgesperrt, die selbst erfahrenen Läuferinnen und Läufern ganz neue Natur-Perspektiven bietet. Anschließend geht es für die rund 8.000 Läuferinnen und Läufer über den Ku'damm zurück zum Schloss Charlottenburg. Übrigens bietet „Berlin läuft!“ auch hier ein Team-Event über 2x5 Kilometer an. Die kurze Zweier-Variante ist besonders gut geeignet für Lauf-Anfänger und Familien-Teams. ■

[www.berlin-laeuft.de](http://www.berlin-laeuft.de)

**SAVE THE DATE**

DIE SCHÖNSTEN 10 MEILEN DER WELT

**35. GRAND PRIX VON BERN**  
**14. MAI 2016**

Grand-Prix von Bern 16,093 km  
Altstadt Grand-Prix 4,700 km  
Altstadt Walking 4,700 km  
Bären Grand-Prix 1,600 km (Kinder laufen gratis!)

Hauptsponsoren: **asics**  
Partner: **Gruppe Mutual**, **MIGROS**, **Engagement Stadt Bern**

[www.gpbern.ch](http://www.gpbern.ch)

# Marathon in „Meenz“

Die 42,195 Kilometer durch die Karnevalshochburg Mainz sind ein beliebtes Pflaster. Dafür spricht nicht zuletzt, dass die 10.000 Startplätze immer im Nu vergriffen sind.

Am Anfang stand ein auf Einmaligkeit angelegter Marathon, inzwischen ist in der Karnevalshochburg Mainz bereits die 17. Auflage des Gutenberg Marathon in der Vorbereitung. Und die Anhänger des Laufspektakels am Zusammenfluss von Rhein und Main müssen sich sputen, denn nach Öffnung der Online-Anmeldung Mitte September sind die 10.000 Startplätze stets in kürzester Zeit vergriffen. Nicht eingerechnet dabei die 2.500 Schüler im Ekiden-Staffel-Wettbewerb.

Tradition hat beim Gutenberg-Marathon aber auch der schnelle Wechsel von der Marathon- zur Halbmarathondistanz,

den viele Marathonis nach der Streckenhälfte zum vorzeitigen Einbiegen in die stimmungsvolle Zielarena vor der Rheingoldhalle nutzen. Die Streckenänderung aus dem Jahr 2014 ist gut angenommen worden, sodass man diese in der rheinland-pfälzischen Landeshauptstadt auch bei der 17. Auflage beibehalten wird. Fester Bestandteil bleibt aber die „Hessen-Schleife“, der Abstecher in die zu Hessen gehörenden Vororte Amöneburg, Kostheim und Kastel. Neu ist jedoch die Saucony 4er-Staffel,

ideal für diejenigen, die sich noch nicht an längere Strecken wagen oder lieber im Team mit (Firmen-)kollegen laufen möchten.

Der Gutenberg Marathon war vier Jahre lang Gastgeber der deutschen Marathonmeisterschaften. Auch „danach“ geht es keineswegs weniger schwungvoll weiter, denn schließlich gibt es mit den Stadtmeisterschaften auch weiterhin Titelkämpfe. 2016 kommen zudem die Deutschen Studenten-Meisterschaften und die DB-Cup-Wertung hinzu. Und so stehen neben den schnellen afrikanischen Lauf-Gazellen oder den Stammgästen aus den osteuropäischen Ländern, die im Jahrestakt immer wieder auf's Neue den Rhythmus bestimmen, auch lokale Größen bei bester Partystimmung im Rampenlicht. ■

[www.marathon.mainz.de](http://www.marathon.mainz.de)

Mainz „laufend“ erleben!

# Gutenberg Marathon Mainz

22.5.2016

MARATHON  
HALBMARATHON  
NEU! NHC-HANDBIKE-HALBMARATHON  
saucony 4er-STAFFELMARATHON

[www.marathon.mainz.de](http://www.marathon.mainz.de)

Landeshauptstadt Mainz

# Laufspaß zwischen Rhein und Ruhr

Hier gibt es ein „Mehr fürs Startgeld“: Beim Rhein-Ruhr-Marathon in Duisburg darf sich jeder Teilnehmer wie ein „Star“ fühlen.

Der Rhein-Ruhr-Marathon ist mit 32 Austragungen gemeinsam mit Berlin und Frankfurt einer der ältesten Traditionsläufe mit Stadtcharakter – und ein Lauf mit einer perfekten Organisation. „Wir investieren nicht in teure Stars. Wir unternehmen lieber alles, damit sich jeder Teilnehmer wie ein Star fühlt“, so das Credo der Duisburger. Das „Mehr fürs Startgeld“ liest sich dann so: New Balance-Funktionshirt für alle Finisher, App mit wichtigen Infos zur Veranstaltung, Zieleinlauf-Video, SMS-Service, Medaillengra-

vur, Gratis-Anreise im Verkehrsverbund Rhein-Ruhr, Gratis-Pils und vieles mehr. Mit Marathon, Halbmarathon, Inline- und Handbike-Marathon, Staffel-Marathon und Schülerangeboten mit Ekiden-Staffel und Schüler-Marathon bieten die Duisburger eine umfassende Wettbewerbs-Palette an, die eine exzellente sportliche Ergänzung zum Hafen-Jubiläum darstellt.

Trotz zweier Brückenanstiege über Rhein und Ruhr sowie der Passage durch den historischen Innenhafen ist die Strecke recht schnell. Die Läufer werden nicht nur in der Schauinsland Reisen-Arena von Sambaklängen empfangen, auch unterwegs werden sie durch zahlreiche Bands mit Schwung und guter Laune auf dem Weg zur Bestzeit begleitet. Das Areal im Sportpark Duisburg bietet kurze Wege für die Teilnehmer und ein prima Ambiente für die Marathonmesse und das Rahmenprogramm. Die Veranstaltung ist auch integriert in den Revier-Cup: Getreu dem Motto „3 x Halbmarathon im Revier“ werden die Resultate von Duisburg, Bochum und Dortmund zu einer Sonderwertung zusammengefasst. ■

[www.rhein-ruhr-marathon.de](http://www.rhein-ruhr-marathon.de)

# RHEIN-RUHR MARATHON

SONNTAG, 5. JUNI 2016 ab 7.55 Uhr · Sportpark Duisburg · Kruppstraße

mit Inline-, Halb-, Staffel- und Handbike-City-Marathon

[www.rhein-ruhr-marathon.de](http://www.rhein-ruhr-marathon.de)

Stadtsporthaus Duisburg  
Stadtsporthaus Duisburg  
Bertaallee 8 b · 47055 Duisburg  
Tel.: 0203 / 30 00 811 · Fax: 0203 / 30 00 888

LAUF-CLUB DUISBURG e.V.  
Lauf-Sport Bunert  
Sternbuschweg 194 · 47057 Duisburg  
Tel.: 0203 / 37 73 00 · Fax: 0203 / 35 05 90

# 15. BERLINER FIRMEN LAUF®

## 27. MAI 2016

Strecke: 5,5 km – Straße des 17. Juni

19.00 Uhr: Skater

19.15 Uhr: Rollstuhl- & Einradfahrer, Handbiker

19.30 Uhr: Läufer & Walker

After Run Party

[www.berliner-firmenlauf.de](http://www.berliner-firmenlauf.de)

### UNSERE WEITEREN LAUFVERANSTALTUNGEN 2015 / 2016

30.10.2015	<b>Sägerserie (1. Lauf)</b>	6-15 km Die härteste Crosslaufserie Berlins und Brandenburgs (2. Lauf 07.11.15 / 3. Lauf 05.12.15)
22.11.2015	<b>Lauf in die Tropen</b>	Von 4 km bis Halbmarathon, 4 oder 8 km Walken, dann in die Sauna- und Tropenlandschaft des Tropical Islands
29.11.2015	<b>61. Herbstwaldlauf</b>	Berlins Traditionslauf über 11 km Waldlauf mit Jugend- und Schnupperläufen
24.04.2016	<b>31. Straßenlauf durch Frohnau</b>	10 km durch die Gartenstadt inkl. Schnupper- und Kinderlauf
24.-28.07.2016	<b>Baltic Run Etappenlauf</b>	In 5 Etappen von Berlin nach Usedom
01.10.2016	<b>Sägerserie (1. Lauf)</b>	6-15 km, die härteste Crosslaufserie Berlin und Brandenburgs (2. Lauf 05.11.16 / 3. Lauf 03.12.16)
20.11.2016	<b>Lauf in die Tropen</b>	Von 4 km bis Halbmarathon, 4 oder 8 km Walken, dann in die Sauna- und Tropenlandschaft des Tropical Islands
27.11.2016	<b>62. Herbstwaldlauf</b>	Berlins Traditionslauf über 11 km mit Jugend- und Schnupperläufen

Alle Termine vorbehaltlich behördlicher Zustimmungen!

**MÖBEL  
KRAFT**

**HAUPT  
STADT  
SPORT**

**yoursportswear**  
Kleider machen Teams

**Krombacher**  
ALKOHOLFREI

[WWW.LGNORD.DE](http://WWW.LGNORD.DE)

## Gemeinsames Laufvergnügen

Gemeinsam macht Laufen am meisten Spaß – das wissen auch die rund 12.000 Teilnehmer des Berliner Firmenlaufs zu schätzen. Jahr für Jahr gehen hier Arbeitskollegen, Vereinskameraden, Freunde oder Familien gemeinsam auf die 6 Kilometer lange Strecke.



Beeindruckendes Ambiente: Der Start beim Berliner Firmenlauf erfolgt im Schatten des Brandenburger Tores

Läufe gibt es in Berlin viele, aber kein anderer Lauf führt in einer derart engen Folge an Sehenswürdigkeiten der deutschen Hauptstadt vorbei wie der Berliner Firmenlauf. Die 6 Kilometer lange Strecke, die laufend, skatend oder (nordisch) wolkend bewältigen werden kann, führt die Teilnehmer an zahlreichen High-

lights der Stadt vorbei. Los geht es am Brandenburger Tor, dann folgen unter anderem das Holocaust Mahnmal, der Potsdamer Platz, das Sony Center, die

CDU-Parteizentrale sowie zahlreiche Botschaften, die Siegestsäule, das Bundespräsidialamt, das Kanzleramt, der Reichstag und das sowjetische Ehrenmal. Und das alles direkt am Tiergarten, der grünen Lunge der Stadt.

Die Sightseeingtour ist eines, die Intension für diesen Lauf ist jedoch eine andere: Mit Arbeitskollegen, Vereinskameraden, Freunden oder mit Familienangehörigen sich einmal außerhalb des gewohnten Umfelds gemeinsam sportlich zu betätigen und Spaß zu haben. Dabei steht nicht der sportliche Erfolg im Vordergrund, sondern der Spaß am Laufen und einen eigenen Beitrag zur Gesunderhaltung zu leisten. Die Veranstalter möchten dabei einen Anstoß zu einer gesunden und bewussten Lebensweise geben, dem bei der 14. Auflage die Rekordzahl von 12.000 Teilnehmer folgten. Nicht nur hinsichtlich der Beteiligung wurden beim Firmenlauf neue Maßstäbe gesetzt, sondern auch beim Umwelt- und Klimaschutz. Erstmals wurden dabei die anfallenden Emissionen, errechnet durch die Klimaschutzorganisation myclimate, durch einen Beitrag in ein Klimaprojekt wieder ausgeglichen, so dass die Veranstaltung als klimaneutral gelten kann.

Gewertet werden Dreierenteams durch Zeitaddition. Für Ambitionierte gibt es aber auch eine Einzelwertung, zudem auch getrennt nach Altersklassen. Dort sind natürlich alle gelistet, damit sich auch diejenigen wieder finden, die ohne Team unterwegs auf Sightseeingtour im Herzen Berlins waren. Tagesschnellste waren 2015 Felix Ledewig von der TU Berlin (17:17) und Julia Kind vom Berliner Traditionsverein SC Charlottenburg (19:47). Die schnellste Mannschaft stellte wiederum das Team Dr. Gabriele Harke vor der TU Berlin und Fraunhofer in Berlin.

Die Belohnung folgt eigentlich schon auf dem Fuß: Eine duftige Party mit Bands und DJs sorgt für die Regeneration nach dem Lauf. Und was gibt es Schöneres als in einer lauen Sommernacht mit Blick auf das erleuchtete Brandenburger Tor bis Mitternacht zu feiern. Vor allem, wenn es nicht regnet... ■

[www.berliner-firmenlauf.de](http://www.berliner-firmenlauf.de)

# FÜRTH

11. + 12. Juni 2016

## metropolmarathon

**FÜRTH**  
Nachrichten  
Präsentieren

powered by **OBI**

**DB** Mobility  
Networks  
Logistics

**ZEHN  
WIR FEIERN  
JUBILÄUM!  
JAHRE**

**Super  
MARATHON  
Aktion**

Unschlagbar günstige  
Startgebühr

nur **33,33 €**  
(Bis 31. Dezember 2015)

**10 km Volkslauf**

**Halbmarathon | Staffelmara-  
thon | Marathon  
Teensmarathon | Kidsmarathon**



Landschaftsidylle pur: Die Strecke in Fürth führt die Teilnehmer am Ufer der Pegnitz entlang

## Läuferstadt Fürth

Bereits zum elften Mal präsentiert sich die Stadt Fürth als Gastgeber des Laufspektakels „Metropolmarathon Fürth powered by OBI“.

Das olympische Motto „Dabeisein ist alles“ lässt sich ohne weiteres auch auf den Marathon in Fürth übertragen, denn hier steht nicht das erzielte Ergebnis, sondern das gemeinsame Erlebnis im Vordergrund. Mithin ein Grund, weshalb die relativ junge Veranstaltung bei den Läufern eine entsprechende Popularität erreicht hat, wie die steigenden Teilnehmerzahlen belegen. Die Devise „Laufen anders erleben“ soll auch 2016 Programm werden.

2015 setzen die Verantwortlichen wiederum auf einen Mix aus Bewährtem und neuen Ideen. Längst etabliert sind die Marathonmesse und das attraktive Rahmenprogramm für die ganze Familie. Insgesamt tummelten sich über 6.000 Aktive auf den unterschiedlichsten Distanzen vom Windellauf bis hin zur klassischen Olympiadistanz.

Richtig rund geht es beim „KIDS- und TEENSmarathon“ auf verschiedenen Laufstrecken mit zuletzt über 1.800 Kindern und Jugendlichen im Alter bis 17

Jahre – mithin ein starkes Ergebnis für das umfassende Vorbereitungskonzept in den Kindergärten, Horten und Grundschulen der Stadt und des Umlandes. Der Sonntag hingegen steht ganz im Zeichen der Aktion „Dance and Run“ und dem klassischen Laufprogramm mit Marathon, Halbmarathon, 10 km-Volkslauf und -(Nordic-)Walking sowie dem Staffelmara-thon.

Der Marathon führt durch zahlreiche Fürther Vororte, durch den Südstadtpark und die Flußauen entlang der Pegnitz und natürlich durch die Innenstadt. Malerische Landschaftskulissen wechseln sich dabei mit belebtem Innenstadtfair ab. Gerade Läufer aus anderen Regionen sind von diesem Mix begeistert, denn hier stimmt die Mischung aus Stadt- und Landschaftsmarathon. Ganz nach der Devise „Je schneller, desto günstiger“ bieten die Veranstalter be-

sondere Anmeldekonditionen gerade für Marathonläufer an. Traditionell tummeln sich im Einzelwettbewerb oder im Staffelmara-thon einige Promis wie zuletzt OB Thomas Jung, OBI-Chef Hannes Streng oder der Erlanger Alt-OB Siegfried Balleis, die mit viel Beifall als aktive Läufer begrüßt wurden.

Das „Laufteam Fürth 2010“ bietet außerdem ganzjährig durch über 35 engagierte Lauftrainer die Möglichkeit, sich unter fachkundiger Anleitung auf die unterschiedlichen Strecken des Metropolmarathons vorzubereiten. Ein Vorbereitungsprogramm bieten auch der Lauftreff des Post-SV Nürnberg im Marienpark und das Team Klinikum Nürnberg im Verbund mit dem Lauftreff Wöhrder See an. Für die medizinische Begleitung steht zudem das Institut für Sportmedizin des Klinikums Nürnberg zur Verfügung. ■

[www.metropolmarathon.de](http://www.metropolmarathon.de)

Jetzt online anmelden [www.metropolmarathon.de](http://www.metropolmarathon.de)





**3. KLINGENTHAL SPORT MARATHON SALZKRÖTEN**  
... EINE STADT IN BEWEGUNG

**5. JUNI 2016**

- Klingenthal Sport-Marathon
- ERIMA-Halbmarathon
- AOK-Staffelmarathon
- PLONKA 10 km-Lauf
- REWE Fit & Fun-Lauf
- Volksbank Bambini-Läufe

**JETZT ANMELDEN!**



**www.salzkroten-marathon.de**

**klingenthal. SPORT**

**28. Internationaler Korschenbroicher CITY-LAUF**



**10. April 2016**

19.06.2016 EWL-Halbmarathon Leverkusen

# Durchatmen in der „Grünen Lunge“

Die Erwachsenen genießen das Angebot von 5 km bis hin zur Halbmarathondistanz, die Kids messen sich beim Frosch- oder Tigerlauf: Der EWL-Halbmarathon Leverkusen hat sich nicht zuletzt wegen seines vielseitigen Programms etabliert.

In nur wenigen Jahren hat sich der EWL-Halbmarathon in Leverkusen zu einem äußerst attraktiven Lauf entwickelt, denn bei der größten Breitensportveranstaltung in Leverkusen treffen inzwischen 3.500 Finisher im Ziel auf der Kölner Straße ein. Nach dem Motto „Für jeden etwas dabei“ reicht das Programm dabei vom Halbmarathon über den 10 km- und 5 km-Lauf bis hin zum kindgerechten Laufen beim Frosch- oder Tigerlauf.

Die Strecke im idyllischen Neulandpark lässt durchaus schnelle Zeiten zu, wie Mario Kröckert 2009 mit 1:06:33 Stunden ebenso unter Beweis zu stellen wusste

wie Melanie Kraus 2010 mit 1:15:05 Stunden. Aber es darf auch etwas langsamer sein, letztlich ist der EWL-Halbmarathon (mit seinen Ergänzungs-Wettbewerben) vornehmlich eine Mitmachgelegenheit für Freizeit- und Hobbyläufer jeglichen Alters. Und eine Demonstration der Stärke, Kollegialität und des Miteinanders ansässiger Firmen oder Einrichtungen wie der Lebenshilfe-Werkstätten mit ihrem Motto „Inklusion – wir machen das laufend!“

Auch wenn gegen Ende der berühmte Sauerberg ruft, es ist ein Lauferlebnis, das durch den abwechslungsreichen Streckenverlauf mit Straßen- und Parkwegpassagen durch die grüne Lunge Leverkusens führt und inzwischen viele treue Laufanhänger gefunden hat. Dreh- und Angelpunkt „für die runde Sache“ im Leverkusener Stadtteil Opladen ist der Marktplatz mit Start, Ziel und After-Run-Party. Dies passt freilich zu „aktiv erleben“, dem Slogan des veranstaltenden Sportpark Leverkusen. Beim EWL-Lauftreff gibt es zudem einen speziellen, auf mehrere Monate angelegten Vorbereitungskurs für die 21,097 km-Strecke. Dafür zeichnen sich zusammen mit dem Sportpark Leverkusen die Vereine TuS 05 Quettingen, TuS 1882 Opladen und TV Witzhelden verantwortlich. ■

[www.leverkusen-halbmarathon.de](http://www.leverkusen-halbmarathon.de)

www.darmstadt-laeuft.de



**Wings for Life World Run DARMSTADT - GERMANY**

12:00-19

- Wings for Life World Run 8. Mai 2016**
- Darmstädter Frauenlauf 14. Mai 2016**
- Darmstädter Stadtlauf 22. Juni 2016**
- Darmstadt Cross 20. November 2016**

Organisation: **wus-media UG**  
Agentur/Event- und Veranstaltungsservice

# EVL-HalbMarathon 2016

Sonntag, 19. Juni

Leverkusen



Hotline: Sportpark Leverkusen 02 14 / 8 68 40 77 • [www.leverkusen-halbmarathon.de](http://www.leverkusen-halbmarathon.de)

# 22. hella hamburg halbmarathon

Sonntag, 26. Juni 2016

26.06.2016 hella hamburg halbmarathon

## Auf der Reeperbahn morgens um 10



Sightseeing im Laufschrift: In Hamburg sind gleich 50 Highlights entlang der Strecke gelistet – darunter auch die Landungsbrücken am Nordrand des Hafens

Immer größer, immer schneller: Der hella hamburg halbmarathon erfreut sich zunehmender Beliebtheit und wartet mit immer schnelleren Zeiten auf.

Die Bilanz für den 21. hella hamburg halbmarathon, so die offizielle Schreibweise, könnte besser nicht sein. 8.680 Meldungen bedeuteten nämlich ein ebenso starkes Plus wie auch die neuen Streckenbestmarken – dazu ein begeisterndes Rennen, das an Dramatik und Dichte nicht besser hätte inszeniert werden können. Zum elften Mal in Folge ist die Veranstaltung weiter gewachsen, das i-Tüpfelchen sind jedoch die beiden Streckenrekorde von Merhawi Kesete (1:00:52) und Agnes Mutune, die ihre Bestmarke auf nunmehr 1:11:27 Stunden steigern konnte. Wie dicht es diesmal im Zieleinlauf war, das unterstreichen

die Resultate auf dem Podium: Auch die jeweils Zweitplatzierten blieben noch unter der bisherigen Streckenbestmarke.

Das jedoch ist nur die Spitze der Sechseinhalbtausend (Läufer) im Ziel, denn für die große Läufermasse ist die „Point-to-Point“-Strecke ein Schaulaufen mit Partyfeeling. Und eine Sightseeingtour par excellence. Dazu hat die veranstaltende Agentur BMS gleich 50 (!) Highlights der Strecke gelistet. Wenn das nicht ein super Service für die Auswärtigen ist. Hamburger Läufer gibt es natürlich auch in reichlicher Anzahl. So galt der stärkste Beifall beim Jubiläums-Laufspektakel von der Reeperbahn um die Außenalster herum nach Harvestehude der einheimischen Andrea Diethers (1:17:31), aber auch dem Schwarzwälder und zugleich besten deutschen Läufer Marcin Blazinski (1:04:48). Grandiose Stimmung einmal mehr am Start, vor allem wenn zur Einstimmung der Gassen-

hauer „Auf der Reeperbahn nachts um halb eins...“ gespielt wird. Zwar untypisch für die Morgenstunde, doch es passt einfach zur sündigen Meile.

Die Strecke, seit 2003 wird auf diesem Point-to-Point-Kurs gelaufen, ist hamburgisch-schnell, leider aber auch immer wieder einmal etwas windanfällig und fordert die Macher wie auch die Teilnehmer in logistischer Hinsicht. Denn der Start befindet sich „natürlich“ an der Reeperbahn in St. Pauli, die Ziellinie ist direkt am von der Hochblüte des Tennis bekannten Rothenbaum gezogen. Eine sportliche Höchstleistung vollbringen dabei die Organisatoren, denn die Schleife in St. Pauli wird gleich zweimal durchlaufen, wegen der Geschwindigkeit des „Afrika-Expresses“ im Drei-Minuten-Tempo pro Laufkilometer werden hier natürlich die Spätstarter bereits überrundet, aber das ist dank der Routine der Veranstalter mit einer Straßenteilung bestens gelöst. ■

[www.hamburg-halbmarathon.de](http://www.hamburg-halbmarathon.de)

VON GRUND AUF FRISCH  
**hella**  
mineralbrunnen

**ERDINGER**  
ALKOHOLFREI

**e-on**

**newline**  
runners outfit since '81

Start: Reeperbahn Ziel: Rothenbaumchaussee



www.reschenseelauf.it

# 16. Reschenseelauf

Samstag, 16.07.2016 · 17.00 Uhr · 15,3 km

JUST FOR FUN Lauf  
Nordic Walking  
BAMBINI-Apfellauf



# Touristisches Highlight im Vinschgau



Emotionaler Höhepunkt: Bei der Siegerehrung am Seeufer gibt es traditionell auch ein großes Feuerwerk

3. 800 Teilnehmer aus 15 Nationen laufen rund um den Reschensee in Südtirol und genießen nicht nur das eindrucksvolle Panorama, sondern als Belohnung auch die emotionale Siegerehrung am See.

Der Vinschgau ist uns in erster Linie bekannt durch die lukullischen Genüsse dieser von der Sonne verwöhnten Region. Bissfeste Äpfel von der Hauptsorte Golden Delicious über Jonagold, Gala bis hin zum Braeburn, Weine der erlesenen bis süßigen Art und würziger Speck sind nur einige markante Aspekte dieser Natur- und Kulturlandschaft zwischen dem Reschenpass und Meran. Man spricht deutsch wie italienisch, die Gastfreundschaft ist sprichwörtlich, weil nett. Und sportlich hat der Vinschgau einiges zu bieten. Im Winter wie im Sommer. Neben vielfältigen Freizeitangeboten zu Fuß oder auf dem Bike gibt

es auch einige Laufangebote. Seit wenigen Jahren mausert sich dabei der Reschenseelauf zu einem attraktiven internationalen Anlass, der bei einer tendenziell eher flachen Seerunde von 15,3 km auf allerdings 1.500 m Höhe nach 16 Auflagen immerhin schon bei 3.800 Teilnehmern aus 15 Nationen angekommen ist. Dreh- und Angelpunkt des Laufspektakels ist Graun, eine kleine Ortschaft, die vornehmlich wegen des im Wasser des Reschensees stehenden Kirchturms be-

rühmt ist. Die große Festwiese am Reschensee ist zum Jahrmarkt ähnlichen Läuferbasar geworden, der sich als große Zeltstadt zeigt.

Mit ein Grund, weshalb der Reschenseelauf ein attraktiver Anlass für die ganze Familie ist, dürfte die Softvariante des 15,3 km-Laufes sein, die sich als „Just for Fun-Lauf“ ohne Zeitmessung zum Mitmachen ohne Zeitdruck neben dem Nordic Walking-Angebot anbietet. Um selbst die Walker bei der Siegerehrung nicht „leer“ ausgehen lassen zu müssen, haben die Macher beim ASV Rennerclub Vinschgau Raiffeisen um Rennleiter Gerald Burger eine besondere Wertung erfunden. Hierbei wird der Mittelwert der Ergebnisse des schnellsten und des langsamsten Walkers als Richtwert ermittelt. Die zehn Teilnehmer, die diesem Richtwert am nächsten kommen, werden bei der Siegerehrung ausgezeichnet.

Auf dem 15,3 km-Rundkurs entlang des Sees, der zu 80 Prozent aus Asphalt besteht, lässt sich erwiesenermaßen auch schnell laufen. So gewann die frühere Cross-Europameisterin Helena Javornik 2004 mit der bislang schnellsten Frauenzeit von 54:44 Minuten, bei den Männern hält der Tscheche Milan Kocourek die Bestzeit mit 48:17 Minuten. Bei der 16. Auflage setzte sich fünf Jahre nach seinem ersten Erfolg Giovanni Gualdi in 49:01 Minuten durch, bei den Frauen dominierten die Südtirolerinnen, allen voran Kathrin Hanspeter mit der Tagesbestzeit von 57:03 Minuten. Auch deutsche Läufer konnten am Reschensee schon überzeugen wie zuletzt Tobias Schreindl (2014) und Simone Raatz (2013), die natürlich auch in den Genuss einer überaus emotionalen Siegerehrung mit Feuerwerk am Seeufer kamen. ■

[www.reschenseelauf.it](http://www.reschenseelauf.it)

14. hella marathon nacht rostock  
rostocker-marathon-nacht.com

06.08.2016 hella marathon nacht rostock

hella  
marathon  
nacht  
marathon staffel  
halbmarathon  
rostocker „7“  
schülerlauf



rostock

6.8.2016

FLAGGE  
GESETZT  
UND IN  
ROSTOCK  
GESTOCHEN



Laufspaß in der Nacht: In Rostock kommen die Läufer erst in der Dunkelheit ins Ziel

## Spätschicht

Möwe fliegt, Schiff schwimmt, Mensch läuft“, so haben die Rostocker das Credo der tschechischen Lauflegende Emil Zatopek für ihren Küstenmarathon gewinnbringend umgewandelt. Denn das maritime Flair der „hella marathon nacht rostock“ ist unverkennbar, auch wenn die Marathonnacht im Umfeld der Hanse Sail Rostock weitaus weniger spektakulär und publikumswirksam in der Öffentlichkeit wirkt.

Unter der Federführung der Hamburger Eventagentur BMS ist der Dämmermarathon, neben dem Marathon in Mannheim und Ludwigshafen der einzige Marathon in den Abendstunden, seit dem Neustart 2009 im leichten Aufwind, wenngleich es ein überaus schweres Unterfangen ist, an der Ostsee einen teilnehmerstarken Marathon zu installieren. Wie andernorts auch ist der Halbmarathon der läuferstärkste Wettbewerb. Der Marathonlauf hingegen wird durch die Staffeln, bei denen bis zu acht Starter integriert werden können, belebt.

Dabei sind die Eckpunkte der Veranstaltung mit der historisch-hanseatischen Altstadt, dem Warnowufer, dem War-

Beim Dämmermarathon in Rostock gehen die Läufer erst in den späten Abendstunden auf die Strecke – und die hat nicht nur mit der Unterwasserpassage im Warnowtunnel einiges zu bieten.

nowtunnel und dem IGA-Park gewiss attraktiv. Spektakulär ist natürlich die „Unterwasserpassage“ im Warnowtunnel zwischen den Ortschaften Krummendorf und Schmarl, denn die Läufer müssen hier unter den Meeresspiegel abtauchen. Für die Halbmarathonläufer beginnt hier die Punkt-zu-Punkt-Strecke, Shuttle-Schiffe bringen die Starter dabei vom Stadthafen zum Fähranleger Oldendorf.

Ganz nach dem selbstgewählten Veranstaltungs-Untertitel „Anker gehievt und

volle Kraft voraus“ gingen die Stars zu Werke und machten die 13. Auflage der „hella marathon nacht rostock“ zum Sommernachtstraum: Einmal mehr dominierte dabei der Dresdener Paul Schmidt, der seinen eigenen Streckenrekord von 2:30:33 auf nunmehr starke 2:19:35 Stunden verbessern konnte und dabei einen Vorsprung von 30 Minuten auf die ersten Verfolger hatte. Gegen den unwiderstehlich auf das Tempo drückenden Paul Schmidt hatten diesmal sogar die Triathleten des TC Fiko Rostock keine Chance und ließen dem Marathon-Einzelstarter klar den Vortritt (2:21:06). Die schnellste Frau war übrigens eine Einheimische und heißt Laura Michel (3:09:46). Sie ist wie Paul Schmidt Medizinerin. Im Halbmarathon-Wettbewerb setzten sich Remo Barthel (1:16:15) und Marie Hauer (1:27:50) durch. Eröffnet wurde übrigens die 13. Auflage durch ein Musikfestival am Freitagabend auf dem Neuen Markt, der am Marathontag Jahr für Jahr traditionell die Drehscheibe in der Hansestadt ist. ■

[www.rostocker-marathon-nacht.com](http://www.rostocker-marathon-nacht.com)

# Natur pur in der Nordeifel

Mit dem Monschau-Marathon wird am 14. August ein Dinosaurier der Marathonszene in der Nordeifel und im Naturschutzgebiet „Hohes Venn“ zum 40. Mal ausgetragen.

Unter dem Motto „run and walk in nature“ gibt man sich im Monschauer Ortsteil Konzen international und bodenständig zugleich. Der Dorfplatz ist für drei Tage das Epizentrum. Nach einem stimmungsvollen Auftakt mit einer Rockfete übernehmen die Läufer und Walker nahtlos das Geschehen. Walking über 4,2 und 12,3 km über die Original-Marathonstrecke gehören ebenso zum Vorprogramm wie Mini-Marathon, Marathonmesse und

Pastaparty. „Race day“ ist der Sonntag, wenn Marathonläufer und Staffelläufer auf der selektiven Strecke mit 750 Höhenmetern auf zumeist Naturwegen rund um Monschau, durch die malerische Altstadt des Eifelstädtchens oder entlang malerischer Bachläufe und nahezu unberührten Waldpassagen lau-

fen oder walken. Der Monschau-Marathon ist ein Tummelplatz für Wiederholungstäter, schließlich weiß sich der Naturmarathon mit Profil von den zahlreichen Stadtmarathonläufen abzuheben und ist eine Marktlücke für Genussläufer.

Wem die Marathondistanz durch das Hohe Venn noch zu kurz ist, der findet sicherlich beim 56 km langen Ultra-Marathon die rechte Streckenlänge. Angesichts des frühen Starts (6.00 Uhr) können die Ultra's auf dem 658 m hohen Steling vielleicht sogar den Sonnenaufgang erleben, die Marathonläufer folgen um 8.00 Uhr. Für Frühaufsteher ist auch „Walk in nature“ geeignet, wo für die 42 km-Distanz maximal achteinhalb Stunden Zeit bleiben. Alle Teilnehmer treffen sich beim stimmungsvollen Ausklang auf dem Dorfplatz der historischen Altstadt mit der Marathonfete und großen Siegerehrung. ■

[www.monschau-marathon.de](http://www.monschau-marathon.de)

# Vor majestätischer Kulisse

Der Marathon vor dem Dreigestirn Eiger, Mönch und Jungfrau ist nicht nur ein landschaftlich reizvolles, sondern auch ein hartes Rennen mit 1.800 Höhenmetern.

Den Titel „Berglauf-Olymp“ hat der Jungfrau-Marathon längst. Im „Ultimativen Marathon-Guide“ wurde das Rennen längst mit dem Diplom „schönster Marathon“ ausgezeichnet. Aber auch unter den klassischen Marathonläufen nimmt der Jungfrau-Marathon im deutschsprachigen Raum einen absoluten Spitzenplatz ein. In der Tat, es ist einzigartig, was im Gebiet des weltberühmten Viertausender-Dreigestirns von Eiger, Mönch und Jungfrau passiert. Nicht nur, dass die Startnummern seit Jahren fast so begehrt sind wie in Berlin, London oder New York. Es ist einzigartig, dass zum 10. und 20. Geburtstag angesichts des riesigen Andrangs zwei Läufe am Wo-

chenende durchgeführt wurden – mit jeweils 4.000 (!) Startplätzen; 2007 und 2012 zudem mit den Langdistanz-Weltmeisterschaften. Trotz stetiger Starbesetzung sind die Endzeiten natürlich nicht mit Flachdistanzen zu vergleichen, schließlich mussten Jonathan Wyatt und Andrea Mayr bei ihren Rekordläufen in 2:49:01 und 3:21:03 Stunden neben der Marathondistanz auf dem Weg von Interlaken zur Kleinen Scheidegg auch 1.829 Höhenmeter absolvieren. Limitierend für eine höhere Starterquote (Limit 4.000) sind vornehmlich die schmalen

Bergwege im oberen Abschnitt, aber auch die Aufnahmefähigkeit der Jungfraubahnen für den Rücktransport. Die Zahl der Wiederholungstäter dürfte nirgends höher sein als vor dem majestätischen Dreigestirn der Viertausender. Der Jungfrau-Marathon ist ein Marathon zum Genießen. Beinhart und trotzdem schön. Denn wo sonst in Europa wechseln Seen und Gletscher, stiebende Bäche und verträumte Alpen, saftige Matten und beeindruckende Felswände in einer derart raschen Folge? Und dies alles mit einem Höchstmaß an Umweltverträglichkeit. ■

[www.jungfrau-marathon.ch](http://www.jungfrau-marathon.ch)

Der Kult-Lauf durch den Naturpark Eifel

Top 3 der schönsten Landschaftsläufe  
voting marathon4you 2014

14. August 2016

**40. Monschau-Marathon**

**5. Ultra-Lauf 56 km**

**10. Staffelmaraathon**

[www.monschau-marathon.de](http://www.monschau-marathon.de)

SAVE THE DATE  
ANMELDESTART: 14.02.2016

**24. Jungfrau-Marathon**  
10.09.2016

[www.jungfrau-marathon.ch](http://www.jungfrau-marathon.ch)

# STADTWERKE HALBMARATHON BOCHUM

## 04.09.2016



STADTWERKE  
BOCHUM



GLS Bank 10 km-Lauf

Team- und Staffelpwertung

[www.stadtwerke-halbmarathon.de](http://www.stadtwerke-halbmarathon.de)



GLS Bank

AUTORAUS  
wicke



STADT  
BOCHUM

VIActiv  
Krankenkasse

Das Bermuda3Eck ist für jeden, der nach Bochum kommt, ein Muss. Und einmal im Jahr kommen mehrere Tausend Läufer und übernehmen in der Partyzone das Kommando



## Bewegung am Bermuda3Eck

Unter den Fittichen des Leichtathletik-Vereins TV Wattenscheid erfreut sich der Stadtwerke Halbmarathon in Bochum zunehmender Beliebtheit.

Das Start-Ziel-Areal ist in der Viktoriastraße, besser gesagt in Höhe des Bermuda3Ecks, einer Partyzone mit 70 Gastrobetrieben und in Hochzeiten bis zu 30.000 Partygängern – und hätte nicht besser ausgewählt sein können für eine neue Laufveranstaltung, die längst für eine starke Aufmerksamkeit sorgt. Mit dem Stadtwerke Halbmarathon hat sich der als Medaillenschmiede der Leichtathletik bekannte TV Wattenscheid 01 schon in kurzer Zeit auch als Veranstalter einen Namen gemacht.

Bei der Premiere 2011 standen 10.000 m-Europameister Jan Fitschen und TVW-Ass Eleni Gebrehiwot zusammen mit rund 1400 Läufern an der Startlinie, dann gewann der talentierte Hendrik Pfeiffer das Rennen und Jan Fitschen wie auch Eleni Gebrehiwot siegten im 10 km-Wettbewerb. 2014 standen mit Karol Grunenberg und Heike Volkert weniger

bekannte, aber nicht minder bejubelte Sieger auf dem Podest.

2015 waren erstmals die Westdeutschen und NRW-Meisterschaften in die Veranstaltung integriert, sodass die 3.000 Teilnehmer-Marke übertroffen werden konnte. Zudem wurde die Strecke neu konzipiert: Sie weist nun weniger Höhenmeter auf und ist besonders zuschauerfreundlich – schließlich kommen die Läuferinnen und Läufer gleich mehrmals vorbei.

Man darf auf die Entwicklung dieses neuen Halbmarathons gespannt sein, schließlich schlummert im dicht besiedelten Ballungsraum ein großes (Lauf)Potential, zumal der Termin Anfang September sehr günstig gewählt scheint. Vor allem für Neueinsteiger, aber auch

für „alte Hasen“, ist das auf 17 Wochen ausgelegte Vorbereitungsprogramm beim Lauftreff der LGO Bochum und des TV Wattenscheid 01 auf der Seerunde am blue:beach am Kemnacher See eine ideale Einstimmung auf das Lauf-Highlight im September. Gewertet wird der Stadtwerke Halbmarathon auch für den Dextro Energie Cup.

Die 21,0975 km-Strecke kann auch im Vierer-Team absolviert werden, dieses Angebot gilt gleichermaßen für wenig Lauf erfahrene Freizeitaktive wie auch für Jugendliche der Bochumer Schulen, zumal die Strecken unterschiedlich lang sind. Doch vor allem hierbei muss man mit der Anmeldung fix sein, die Startplätze sind erfahrungsgemäß schnell vergriffen. Auch wenn die Veranstaltung die Halbmarathonstrecke im Titel trägt, stecken dahinter auch Mitmachangebote über die populäre 10 km-Distanz und vor allem für die Kids der Stadt. Schließlich ist der TVW bekannt für seine gute Nachwuchsarbeit und hofft auf das eine oder andere Jungtalent.

Gelaufen wird auch für einen guten Zweck. Und dieser heißt Canchanabury und ist eine Stiftung für Aidswaise. Außerdem liegt eine Spendenmappe für die Christoph Metzelder-Stiftung („Training fürs Leben“) aus. ■

[www.stadtwerke-halbmarathon.de](http://www.stadtwerke-halbmarathon.de)

# 10 km 27. BARMER GEK ALSTERLAUF

Das Laufvergnügen im Norden mit hella Laufcup Hamburg



Laufen auf der Trainingsrunde: Für viele Hamburger ist die Strecke rund um die Außenalster ein bekanntes Pflaster

## Heimspiel der Hanseaten

Beim Alsterlauf tummeln sich tausende Hamburger auf ihrer gewohnten Trainingsrunde – und haben bei dem Rennen auf gewohntem Terrain eine Menge Spaß.

Das Laufvergnügen im Norden“ steht in der Unterzeile des Internationalen Alsterlaufs. Und das ist es in der Tat: Ein Volkslauf mit einem kräftigen Schuss internationaler Klasse. Für die 5.000 bis 6.000 Läufer reicht natürlich trotz moderner Zeitmessung mit Brutto- und Nettozeit eine Straßbreite nicht aus, sodass mit der Mönckebergstraße und der Steinstraße gleich zwei Startkorridore erforderlich sind, um die enorme Läufer­schar auf die Strecke schicken zu können. Und diese ist eine überaus bekannte Runde, für viele Hamburger ist nämlich der Kurs um die Außenalster zudem Trainingsstrecke. Vielleicht ist aus diesem Grund der Alsterlauf auch das Heimspiel für viele Ausdauersportler der Hansestadt. Das Ziel befindet sich seit

2015 in der Mönckebergstraße – und schließt für die 10 km-Distanz nach einer Laufzeit von 1:45 Stunden. Treffend auch das Veranstalter-Shirt mit dem Aufdruck „Wat mutt dat mutt!“ Der Interpretation sei hier freier Lauf gelassen. Dass der Alsterlauf eine schnelle, AIMS zertifizierte Strecke hat, das hat sich herumgesprochen. Ebenso, dass diese durchaus auch etwas windbeeinträchtigt sein kann. Dies musste 2015 vornehmlich Geoffrey Koech erfahren, der bei stürmischem Wind mit 28:29 gerade einmal 11 Sekunden über dem bestehenden Kursrekord seines kenianischen

Landsmannes Richard Kiprop Mengich blieb. Bei den Frauen setzte sich Margaret Muringi in 33:28 durch, allerdings weit entfernt vom Streckenrekord ihrer Landsfrau Rose Chelimo, die im Jahr zuvor 32:05 gelaufen war. Doch Rekorde sind nicht alles, vielmehr überwiegt auf der „Trainingsrunde“ an der Alster der Spaß und der Mitmachgedanke. Um Wertungspunkte geht es zudem beim GRR-Nachwuchs-Cup für Jugendliche im Alter zwischen 16 und 22 Jahren, in diesem Jahr allerdings erschwert durch die zum gleichen Zeitpunkt in Bad Liebenzell stattfindenden deutschen 10 km-Meisterschaften. Integriert ist in den Alsterlauf natürlich auch ein Schüler-Wettbewerb, der von der Steinstraße aus gestartet wird und 1,2 km lang ist. Seit Jahren bereits ist die AIDS-Hilfe Hamburg e.V. Charitypartner der Alsterlauf-Macher, der Event-Agentur BMS, in Zusammenarbeit mit der Airport Race GmbH und dem Lauftreff Alstertal. So kommt immer ein stattlicher Spendenbetrag für die Unterstützung dieses gemeinnützigen Vereins zustande. ■

[www.alsterlauf-hamburg.de](http://www.alsterlauf-hamburg.de)

# Lauf der Emotionen

Beliebtester Marathon in NRW 2012–2014 Voting unter [marathon4you.de](http://marathon4you.de)

WIR SIND MARATHON  
15  
JAHRE  
LAUSPEKTAKEL IN MÜNSTER

11.09.2016

## 15. VOLKSBANK MÜNSTER Marathon

- » Flache Strecke mit einem Mix aus Stadt und Land, vorbei an den Drehorten der erfolgreichen Fernsehserien Münster-Tatort und Wilsberg
- » Organisationsbeitrag 50 EUR (bis 15.05.) inkl. Finisher-Shirt, Finisher-Medaille, Filmdokumentation
- » Volksfeststimmung mit über 300 Künstlern und 100.000 Zuschauern
- » Preisgelder auch für die drei schnellsten deutschen Männer/Frauen



[www.volksbank-muenster-marathon.de](http://www.volksbank-muenster-marathon.de)

Münster-Marathon e.V. Tel. 0251/9277288 [info@volksbank-muenster-marathon.de](mailto:info@volksbank-muenster-marathon.de)



Im Münsterland lässt es sich bestens jubeln. Mit nunmehr 14 Auflagen ist der Marathon in der Universitätsstadt zu einem attraktiven Fixpunkt im Marathonkalender geworden, der mit 8.000 Teilnehmern schon lange kein Geheimtipp mehr ist. Schließlich ist man „die Nummer eins in NRW“, wie ein Online-Portal festgestellt hat. Auch wenn dreiviertel der Läufer in Marathon(vierer)staffeln unterwegs sind und viele Kinder ihren Laufsteg haben, der Fokus des Veranstalters liegt eindeutig auf der klassischen Marathonstrecke. Bis zu 100.000 Zuschauer säumen dabei die Strecke und sorgen für eine besondere Atmosphäre am alten Bischofssitz. Eine überaus beachtliche Zahl, denn der Rundkurs ist eine Kombination aus Stadt- und Landschaftslauf. Vielleicht ist dies auch der besondere Reiz, wenn nicht gar das Geheimnis des Erfolges im Münsterland. Läufern und Zuschauern wird in Münster ein breites Rahmenprogramm geboten. Am Freitag und Sonnabend findet die Marathonmesse im Gymnasium Paulinum statt, bei der eine Pasta-Party mit Live-Musik natürlich nicht fehlen darf. Einen Schwerpunkt legen die Veranstalter dabei auf die medizinische Betreu-

Trotz des attraktiven Staffel-Wettbewerbs liegt der Fokus in Münster auf der klassischen Marathonstrecke. Aber in der Universitätsstadt ist nicht nur die Distanz königlich – unter dem Motto „Wie Karneval in Rio“ wird am Streckenrand auch ordentlich gefeiert.

ung, nicht zuletzt deshalb gilt der Münster-Marathon auf diesem Gebiet als richtungweisend. Charity-Aktivitäten wie für HelpAge Deutschland unterstreichen die soziale Verantwortung der Marathonmacher. Unter „MüMa on tour“ gibt es eine Vorbereitungslaufserie, die von A wie Ascheberg bis S wie Senden die Region in vorbildlicher Weise einbindet. Mit zusätzlichen Kategorien wie

dem Studenten-Cup oder der Handwerker-Wertung werden weitere Anreize zum Mitlaufen geboten.

300 Künstler („Wie Karneval in Rio“) animieren, motivieren und begeistern an der Strecke in der Stadt oder in den Ortschaften wie Nienberge, Roxel oder Gievenbeck und heizen zusammen mit den Zuschauern die ehemals gute Stimmung zusätzlich an.

Die Strecke, übrigens durch eine „blaue Linie“ markiert, ist aber nicht nur abwechslungsreich, sondern auch schnell. Das beweist der Kursrekord von Patrick Muriuki (2010/2:10:25), vielmehr noch der 2013 bei Regen aufgestellte Frauenrekord durch die Wattenscheiderin Eleeni Gebrehiwot (2:29:12). 2015 lag die Kenianerin Nancy Koech mit einer starken zweiten Hälfte mit 2:30:23 Stunden nicht weit davon entfernt. Selbst bei Regen und böigem Wind haben die Menschen im Münsterland schon bewiesen, dass sie ein Marathonpublikum sind – und auch ein wenig leistungsförderndes Wetter kann in Münster niemandem die gute Laune vermiesen. ■

[www.volksbank-muenster-marathon.de](http://www.volksbank-muenster-marathon.de)



Stimmung wie im Karneval: Wer in Münster läuft, kann sich der lautstarken Unterstützung der Zuschauer sicher sein

# Neuer Termin, bekanntes Terrain

Pünktlich zum 10. Jubiläum findet der E.ON Kassel Marathon 2016 erstmals im September statt.

Nach neun Veranstaltungen im Frühjahr wechselt der E.ON Kassel Marathon 2016 in den Herbst. Pünktlich zum zehnjährigen Jubiläum findet Nordhessens größtes Sportereignis erstmals vom 16. bis 18. September statt. „Die Konkurrenz im Frühjahr ist immer sehr groß. Vor allem die direkte Nähe zum Rennsteiglauf hat uns sicher viele Teilnehmer gekostet“, erklärt Veranstalter Winfried Aufenanger. „Au-

ßerdem gab es einige weitere starke Mitbewerber in der Mitte Deutschlands. Zwar gibt es die auch im September, aber sie tun uns nicht so weh“, so Aufenanger. „Dazu kommt, dass sich viele Läufer zudem lieber in den Sommermonaten als im langen Winter vorbereiten.

Die Motivation ist im Sommer einfach viel größer.“ Die vielen positiven Reaktionen aus der Läuferzene nach Bekanntgabe des neuen Termins haben die Kasseler Organisatoren in ihrer Entscheidung bestärkt. Und so gibt es zum „Zehnjährigen“ des E.ON Kassel Marathon mit dem atmosphärischen Ziel im Auestadion eine stimmungsvolle Premiere mit bestimmt mehr als 11.500 Teilnehmern. Dass die Strecke schnell ist, ist hinreichend belegt: Mit Marcel Bräutigam, Daniel Ybekal Berye und Dawit Kabede sind drei Kasseler Zeiten auf den Plätzen 2, 3 und 5 der deutschen Jahresbestenliste mit Stand Ende August 2015 geführt, die Frauen-Siegerin Simret Restle-Apel ist auf Rang 5 gelistet. ■

[www.kassel-marathon.de](http://www.kassel-marathon.de)

# Filme sind Multitalente

Da Vorberichte, Livestreaming und Dokumentationen für Veranstalter immer wichtiger werden, bietet AFV Medienproduktion als Dienstleister alles aus einer Hand.

Youtube und facebook machen es möglich: Jeder kann sich heute auf Smartphone oder Tablet das ansehen, was ihn gerade interessiert. „Filme sind die besten Image- und Werbeträger, um Emotionen darzustellen. Das gilt besonders für den Sport“, weiß André Weihrauch, Geschäftsführer der Firma AFV Medienproduktion in Paderborn. Zunehmend nutzen Sportveranstalter diesen Trend und setzen auf die Erfahrung der Medienprofis von AFV, so auch in der 1. Fußball-Bundesliga und in der 2. Basketball-Bundesliga. Deutschlandweit ist AFV seit über zehn Jahren als Mediendienstleister bei Sportveranstal-

tungen tätig. Ob Vorberichterstattung, Livestreaming oder Dokumentationen, die Möglichkeiten Veranstaltungen in Szene zu setzen sind fast grenzenlos: Trailer im Vorfeld für die Homepage oder social media, Live-Übertragungen des Renngeschehens oder von Interviews in andere Veranstaltungsbereiche

oder Live-Streamings ins Internet. Auch nach der Veranstaltung ist das Bildmaterial als Clip oder Dokumentation vom Rennen ein Magnet für Läufer und Besucher. „Es gibt kein anderes Medium, das so vielseitig nutzbar ist wie Film“, fasst André Weihrauch die Möglichkeiten zusammen. ■

## Perfekte Partnerschaft

AFV Medienproduktion ist inzwischen seit drei Jahren Medienpartner von German Road Races (GRR) und unterstützt den Veranstalter bei großen deutschen Läufen mit Filmen und Equipment.

**LAUF FÜR DEIN LEBEN.**

**16. - 18. Sept. 2016**

**10 Jahre Emotionen**

MARATHON · HALBMARATHON  
MARATHON-STAFFEL · WALKING  
HANDBIKE-HALBMARATHON · MINI-MARATHON  
DEUTSCHE KIRCHENMEISTERSCHAFTEN  
MARATHON-MESSE

E.ON KASSEL MARATHON

Nächster Schritt: JETZT ANMELDEN!

[WWW.KASSEL-MARATHON.DE](http://WWW.KASSEL-MARATHON.DE)

**www. AFV .de**  
Medienproduktion Weihrauch

**Liveübertragung  
Internetstreaming  
Filmproduktion  
Podcasts**

Schulze-Delitzsch-Weg 1a  
33175 Bad Lippspringe  
05252 - 8398460  
info@afv.de  
**www.afv.de**

Animation. Film. Veranstaltungen.

# Klassiker unter den Naturläufen

Der Schwarzwald-Marathon ist legendär – und das nicht nur, weil hier schon bei der Premiere im Jahr 1968 Frauen offiziell startberechtigt waren.

Der Schwarzwald-Marathon ist mit 47 Auflagen einer der ältesten Marathonläufe weltweit und von Beginn an ein besonderes Terrain für Frauen. Denn diese waren schon bei der Premiere dabei und somit ist der Schwarzwald-Marathon der weltälteste Marathon für Frauen. In der deutschen Laufszenen spielt der Schwarzwald-Marathon nach wie vor eine nicht unwesentliche Rolle, wenngleich der Trend weg vom idyllischen Landschaftsmarathon hin zum Stadtmarathon längst vollzogen ist.

Neben dem Essen-Marathon am Baldeneysee wurde vor allem in Bräunlingen mit dem Schwarzwald-Marathon Geschichte geschrieben. 1971 genehmigte der DLV als erster Fachverband weltweit die Teilnahme von Frauen. 1972 wurde eine weitere Weltpremiere gefeiert, denn beim Schwarzwald-Marathon wurde eine elektronische Zeitmessung eingesetzt. Und 1975 wurde Christa Vahlensieck erste deutsche Marathonmeisterin in der Weltklassezeit von 2:45:43 Stunden. Namen wie Liane Winter, Gerda Reinke, Birgit Lennartz und Gudrun de Pay gaben dem Schwarzwald-Marathon ebenso ein Gesicht – wie auch der Schweizer Premiersieger Peter Bhend oder die Deutschen Peter Reiher, Guido Dold oder Charly Doll. Ende der 70er Jahre gab es mit 2.509 Teilnehmern eine bis heute gültige Rekordmarke. Seit 2006 wird der der Marathon von der LSG Schwarzwald-Marathon e.V. organisiert. Im schmucken Bräunlingen gibt es Mitte Oktober ein komplettes Ausdauerprogramm mit einer Mitmachgelegenheit für Jung und Alt, für Läufer und natürlich auch (Nordic-)Walker. Und dies über zwei Tage hinweg. Das Organisationsteam ist mit großem Engagement bemüht, Tradition und Moderne in Einklang zu bringen. Ein Vorhaben, dass die internationale Läufergemeinschaft trotz großer Konkurrenz im Läuferherbst Jahr für Jahr mit großer Treue und Verbundenheit dankt. ■

[www.schwarzwaldmarathon.de](http://www.schwarzwaldmarathon.de)



**49. INT. SCHWARZWALD-MARATHON**

- 10 km Lauf
- 10 km Nordic Walking
- 10 km Firmenlauf
- 1,75 km und 1,05 km Schülerlauf
- Bambinilauf

**08. / 09.10.2016 in Bräunlingen**  
**Marathon • Halbmarathon • Staffelmorathon**



[www.schwarzwaldmarathon.de](http://www.schwarzwaldmarathon.de)

# Traditionsbewusst & schnell

Das Rennen „Rund um den Baldeneysee“ ist der älteste durchgängig veranstaltete Marathonlauf in Deutschland.

Der mitten im Grünen liegende Baldeneysee mit seinen zahlreichen industriekulturellen Highlights am Streckenrand bietet ein außergewöhnliches Ambiente. Vorzeigbar sind auf jeden Fall die Streckenrekorde des Esseners Werner Grommisch (2:14:36/ 1987) und von Melanie Kraus (2:34:18/2004), aber auch weitere Spitzenleistungen, die stets im nationalen Ranking ihren Niederschlag finden. 1974 lief Christa Vahlensieck mit 2:42:38 Stunden hier sogar eine neue Weltbestzeit (die bei der Nachvermessung wegen zu kurzer Strecke allerdings wieder annulliert wurde).

Der TUSEM Essen garantiert eine hochwertige Laufveranstaltung, die für ihren familiären Charakter steht und auf trendiges Beiwerk verzichtet. Für niedrige Meldegebühren werden eine ausgezeichnete Infrastruktur und beste Streckenverpflegung geboten. Mit 52 durchgeführten Auflagen ist der RWE-Marathon „Rund um den Baldeneysee“ der Oldie im knapp 200 Veranstaltungen umfassenden deutschen Marathon-Kalender.

Die landschaftlich reizvolle Strecke, die zweimal rund um den Baldeneysee führt, ist flach, durchgängig asphaltiert und mit einer AIMS-Vermessung bestenlistenfähig. Seit 1982 gibt es den inzwischen in Deutschland bestens bekannten Rundkurs um den Baldeneysee, zuvor wurde seit dem Auftakt 1963 eine Pendelstrecke am Hardenbergufer gelaufen. Am zweiten Oktober-Sonntag sind die Witterungsbedingungen beim ältesten, kontinuierlich in Deutschland durchgeführten Marathon zumeist ideal, sodass zwei Drittel der Teilnehmer ambitioniert unter vier Stunden finishen. „Hier wird Marathon noch pur erlebt“, sagt Organisator Gerd Zachäus und meint damit das Verwässern der Teilneh-

merzahlen durch Unterdistancen. Beim TUSEM Essen ist der Marathon „Rund um den Baldeneysee“ bestens aufgehoben, denn der primär lafororientierte

Verein im Ruhrgebiet, aus dem übrigens auch der Laufpionier August Blumensaat hervorgegangen ist, versteht das (Lauf-)Handwerk bestens. ■

[www.essen-marathon.de](http://www.essen-marathon.de)



## 54. RWE MARATHON

mit Allbau-Staffelmarathon  
 rund um den Baldeneysee  
 am 9. Oktober 2016

Weitere Informationen unter:  
 TUSEM Essen  
 Telefon 0201-74 95 520  
 Internet [www.rwe-marathon.de](http://www.rwe-marathon.de)  
 E-Mail [organisation@essen-marathon.de](mailto:organisation@essen-marathon.de)

VORWEG GEHEN



15. +16.  
Oktober  
201617.+18.  
Oktober  
2015B O T T W A R T A L  
M A R A T H O N

www.bottwartal-marathon.de



Im Schatten malerischer Burgen und idyllischer Weinberge: Der Marathon im Bottwartal hat dem Läuferauge einiges zu bieten

## Gelegenheit für Genussläufer

Der Bottwartal-Marathon im Norden Stuttgarts ist traditionell eine der landschaftlich schönsten Laufveranstaltungen im Ländle.

Stand der Bottwartal-Marathon 2014 noch im Zeichen der Veränderung, so gilt das Hauptinteresse der Organisatoren nunmehr uneingeschränkt wieder den Läufern. Ein optimierter Start- und Zielbereich sowie die stark verbesserte Parkplatzsituation haben sichtbare und fühlbare Verbesserungen erzielt und somit für unvergessliche Erlebnisse im Bottwartal gesorgt.

Zum 12. Bottwartal-Marathon war für jeden das Passende dabei: Die klassischen Strecken Marathon und Halbmarathon, die Staffel- und Teamwettbewerbe, die 10 km-Läufe für Läufer und Walker und natürlich das Laufangebot für Bambinis und Schüler. Begleitet wurden die Teilnehmer wiederum von über einem Dutzend Musikgruppen und von begeisterten Zuschauern entlang der Strecken, die einmal mehr eingebettet waren in die herrliche, farbintensive Herbstland-

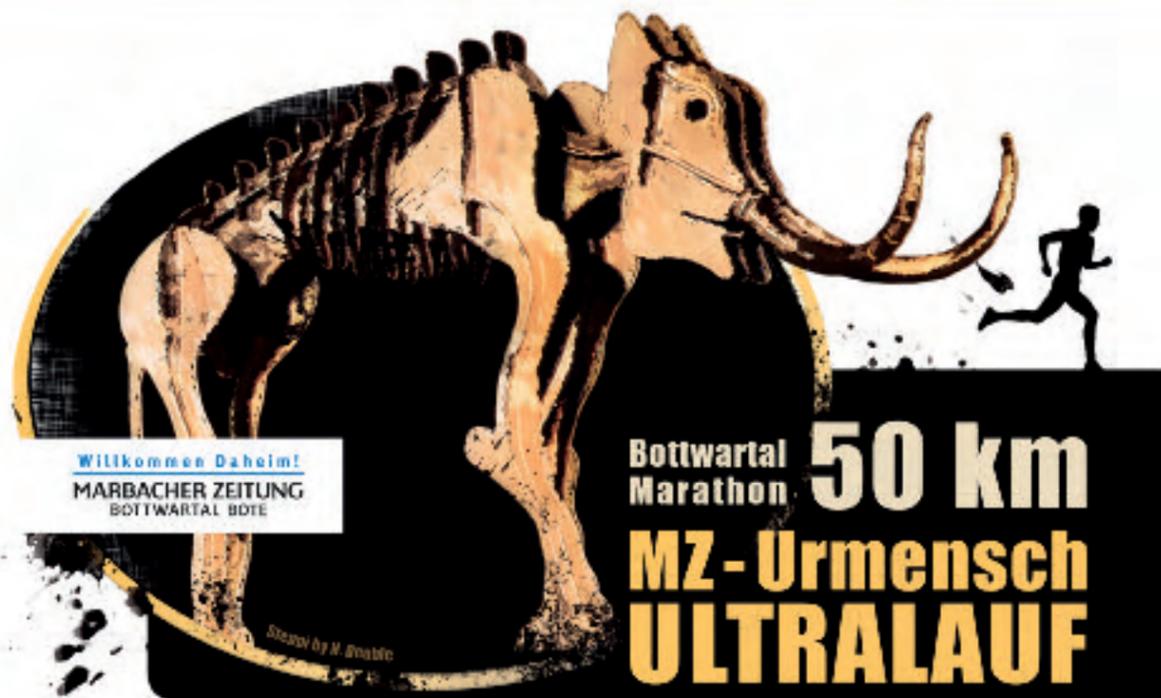
schaft des Bottwartals mit seinen Weinbergen und Burgen. Sein kleines Jubiläum feierte dabei der MZ Urmensch-Ultralauf über 50 Kilometer und 750 Höhenmeter. Die ersten 45 km dieses Rennens führen die Läufer über Single-Trails und mäandernde Waldwege. Unbefestigte Feldwirtschaftswege wechseln sich ab mit befestigten und auf den kleinen Landwirtschaftssträßchen inmitten der Weinberge haben die Läufer Zeit und Muße genug, die herrlich bunte Herbstlandschaft zu genießen.

Geprägt von knackigen An- und Abstiegen führt die Strecke direkt durch den Burghof der Burg Lichtenberg und den Burggraben, bevor die Läufer taleinwärts hinunter nach Gronau gelangen, der Ortschaft mit dem traditionell

höchsten Ausschlag des Stimmungsbarometers. Keine Frage, Gronau ist der emotionale Höhepunkt des Marathonlaufes. Nicht nur das jubelnde Publikum, sondern auch das Spalier der 2.000 Halbmarathonstarter, die gespannt auf ihren Startschuss warten, feuert die vorbeiziehenden Marathonläufer und Ultraläufer frenetisch an.

Mit dem fantastischen Blick auf den Langhans und die Burg Hohen-Beilstein führt die Marathonstrecke, identisch mit der Halbmarathonstrecke, über Schmidhausen, Beilstein und vorbei am historischen Rathaus in Oberstenfeld. Das Teilnehmerfeld durchquert die malerischen Stadtkerne von Großbottwar und Kleinbottwar mit ihren liebevoll restaurierten Fachwerkkfassaden – eine Architektur von der Gotik bis zur Renaissance. So geht es dem Ziel in Steinheim entgegen. Die erste Euphorie ist schon lange dem Rhythmus eines gleichmäßigen Laufschrittes gewichen, trotz einer gewissen Müdigkeit im Kopf und den Gliedern trägt die Stimmung weiter in Richtung des neu geschaffenen Zieleinlaufs – flach und eben, um auf dem Zielphoto gut auszusehen. Dann ist es geschafft. Die Glücksmomente überwiegen, zusammen mit den Zuschauern lässt sich der Sieg über sich selbst hervorragend feiern. ■

[www.bottwartal-marathon.de](http://www.bottwartal-marathon.de)



# Stadt, See, Panorama

Das Alpenpanorama, der Vierwaldstättersee und die wunderschöne Altstadt: Der Marathon in Luzern ist nicht zuletzt wegen seiner vielen Höhepunkte entlang der Strecke bei den Läufern beliebt.

Die Luzerner sind in der Gunst der Läufer bestens im Rennen: Beim Lucerne Marathon registriert man seit der Premiere 2007 mit 5.592 Klassierten einen stetig steigenden Zuspruch. Zur neunten Auflage Ende Oktober 2015 ist man nach zuletzt widrigen Witterungsbedingungen zuversichtlich, dass der „goldene Oktober“ wieder Einzug in die Stadt am Vierwaldstättersee halten wird – mit zudem stabilen Werten und 10.000 Anmeldungen. Trotz des inzwischen in Swiss City Marathon geänderten Veranstaltungstitels gilt bei den Machern am Vierwaldstättersee nach wie vor die „Schritt-für-Schritt-Devise“. Und das heißt vor allem, den Lauf über die 42,195 Kilometer nachhaltig zu stärken. Und dies alles im Einklang mit der Umwelt, ein Bereich, in dem die Luzerner Organisation in vielen Bereichen vorbildlich voran geht.

Die Streckenkorrektur mit der Passage durch die Altstadt ist ein Pluspunkt in der Gunst der Läufer, denn die imposante Kulisse entlang des Vierwaldstättersees und den Bergen im Hintergrund sind bei den Wettbewerben Marathon, Halbmarathon und 5 Meilen bestes Sightseeing im Herzen der Schweiz. Ein in der Tat gelungener und vor allem emotionaler Dreiklang.

Die Halbmarathonrunde startet beim Verkehrshaus der Schweiz, führt rund um die Horwer Halbinsel, durch das moderne Kultur- und Kongresszentrum KKL, vorbei am Wasserturm, durch die Altstadt und zurück zum Ziel im Ver-

kehrshaus. Für die Marathonläufer heißt es dann allerdings: Auf geht's in die Sightseeingtour Nummer zwei!

Das landschaftlich attraktive Rennen hat sich unter den Schweizer Straßläufern sowohl über Marathon als auch über Halbmarathon bestens etabliert. Das steigert sich natürlich 2015, wenn die Luzerner erstmals Ausrichter der Schweizer Marathonmeisterschaften sind. Dabei ist der Streckenrekord von Martina Strähl auf dem Prüfstand, die 2013 starke 2:39:14 Stunden lief. In Luzern steht eindeutig der Breitensport im Mittelpunkt, auch wenn mit Katrin Dörre-Heinig eine überaus prominente Botschafterin parat steht.

30 Musikgruppen, begeisterungsfähige Zuschauer und das eindrucksvolle Alpen-Panorama warten auf die Teilneh-

mer. Die Strecke ist nicht ganz flach, aber das darf man in der Zentralschweiz auch nicht erwarten. Nicht nur die Streckenführung, sondern auch der Zieleinlauf bietet Besonderes. Die Läufer gehen nämlich auf einem Laufsteg ins Verkehrshaus der Schweiz. Zwischen Lokomotiven, Schiffen, Flugzeugen und Autos läuft der „Langsam-Verkehr“ überaus würdig und mit viel Beifall begleitet in das meistbesuchte Schweizer Technik-Museum mit insgesamt 3.000 (Verkehrs-)Objekten.

Ideen jedenfalls gibt es bei den Marathon-Organisatoren immer aufs Neue, denn eines ist gewiss: In Luzern versteht man es, mit innovativen und spannenden Elementen immer neue Emotionen zu schaffen – und die Läufer aus Nah und Fern zu begeistern. ■



Begeisterungsfähige Masse: Die Läufer werden in Luzern von den zahlreichen Zuschauern frenetisch unterstützt

[www.swisscitymarathon.ch](http://www.swisscitymarathon.ch)

10

SWISS CITY MARATHON LUCERNE

MARATHON | HALF MARATHON | 5 MILE RUN

SWISS CITY MARATHON

30 OCTOBER 2016

LUCERNE

WWW.SWISSCITYMARATHON.CH

LUZERN+ LUZERNE

OFFICIAL PARTNER

asics

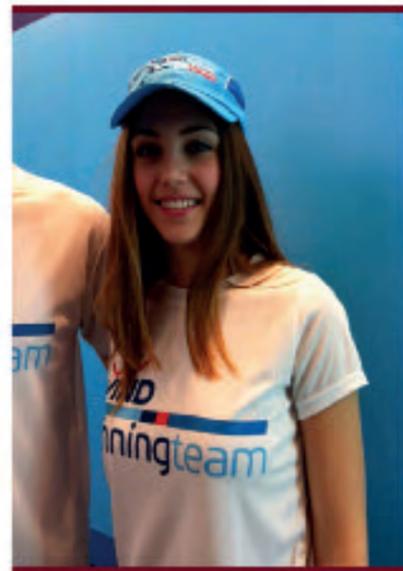
Envi

ewl

luzerner kantonsspital

Die schönsten Laufeventprodukte weltweit 

# So läuft's richtig für Ihren EVENT!



## THE TOP MANUFACTURER



- Finishershirts
- Medaillen
- Läuferbeutel
- Marathondecken
- Läuferzubehör
- Kappen
- Lanyards u.v.m.



## EVENT ITEMS

*"We accessorize your athletes"*



Medals - Shirts - Caps - Polos - Bandanas



Bags - Promotional Gifts - Awards



More info

+49 2365 201306

[www.poleposition.ag](http://www.poleposition.ag)

[we@poleposition.ag](mailto:we@poleposition.ag)

# Medailenschmiede und mehr



Plakette aus dem Hause Pole Position: Auch die Finisher-Medaille des Hamburg Marathon stammt von der in Marl ansässigen Firma

Wo kommen eigentlich die Medaillen und Finisher-Produkte her? GRR-Kooperationspartner Pole Position GmbH macht sich schon seit Jahren einen Namen als zuverlässiger Lieferant für Qualitätsprodukte.

fallener Medaillen, Läuferbeutel oder Finisher-Shirts bekannt. Und dies schon seit 30 Jahren. Was liegt somit näher, als eine Kooperation auf Augenhöhe einzugehen?

Die Firma Pole Position GmbH aus Marl ist seit drei Jahrzehnten in der Produktentwicklung von Sportzubehör und Bekleidung aktiv – und hat daher weltweit viele kleine, mittlere und große Lauf- und Marathonevents im Kundstamm. „Für uns stehen Service, Innovation, ein vielschichtiges Warenangebot und Fachkompetenz im Vordergrund“, positioniert sich Pole-Position-Geschäftsführer Horst Meissner. „Das ist oftmals eine sehr anspruchsvolle Aufgabe, denn die Entwicklungszeiten sind in der Regel sehr kurz kalkuliert.“ Produziert wird in eigenen Produktionsstätten in Kowloon (Hongkong) und Hongtang (China), bei kleineren Serien aber auch in Deutschland.

### Kreativität ist gefragt

Viele Variablen, wie die Einbindung neuer Sponsoren oder sich sprunghaft verändernde Teilnehmerzahlen, machen die Belieferung bis zum Veranstaltungsbeginn „spannend und höchst anspruchsvoll“, wie es Horst Meissner formuliert. Für Pole Position heißt das im Klartext: Lieferungen an selbst entlegene Plätze der Welt mit den damit verbundenen Schwierigkeiten durch besondere Zollformalitäten oder Importbestimmungen. „Natürlich möchte jede

Veranstaltung ihren Teilnehmern das Besondere, das gewisse Extra als Dankeschön in Form der Finisher-Medaille oder dem Teilnehmer-Shirt überreichen. So ist neben der absoluten Verlässlichkeit auch die Kreativität ein besonders wichtiger Faktor und Garant für den Erfolg unserer Firma.“

Für Pole Position geht es nicht alleine darum, Veranstalter mit attraktiven Produkten zufriedenzustellen. Vielmehr, wie Geschäftsführer Horst Meissner betont, steht der Athlet selbst im Vordergrund. „Unsere Finisher-Items sollen letztlich eine Form der Anerkennung und ein Dankeschön für die erbrachten Leistungen in der Vorbereitung und im Wettkampf selbst sein. Wir wissen schließlich wovon wir reden, denn wir und unsere Mitarbeiter sind selbst Läufer, Triathleten oder einfach auch nur Sportbegeisterte.“

Als Kooperationspartner von German Road Races (GRR) und der Association of International Marathons and Distance Races (AIMS) liegt Pole Position der Laufmarkt natürlich besonders am Herzen. Aber auch andere Großveranstaltungen im Triathlon- und Radsport bedienen sich der Fachkompetenz des Marler Unternehmens. Natürlich spielt auch der Vereinsbedarf in den Planungen von Pole Position eine wichtige Rolle. Und schon allein durch die breit angelegten Geschäftsfelder und die weltweiten Aktivitäten ist es durchaus wahrscheinlich, dass auch Ihre nächste Medaille, Ihr nächster Kleiderbeutel oder das geliebte Finisher-Shirt aus dem Hause Pole Position stammen wird. ■



Mit viel Herzblut bei der Sache: Schon seit 15 Jahren versorgen Constanze und Walter Wagner die User ihres Internetportals LaufReport mit den News der Szene

# Lesenswertes übers Laufen

Mit Herzblut arbeiten Constanze und Walter Wagner zusammen mit 35 freien Mitarbeitern an dem Internetportal LaufReport, das in der Szene nicht zuletzt wegen der kritischen Töne höchst geschätzt wird.

Im Jahr 2016 darf LaufReport ein kleines Jubiläum feiern. 15 Jahre jung ist das Internetportal, das sich mehr oder weniger, wie letztlich auch der Name verspricht, dem Laufsport verschrieben hat. Mit Herzblut und Bienenfleiß haben die aktiven Läufer Constanze und Walter Wagner, sesshaft im südhessischen Reichelsheim im hügeligen Nirgendwo, ein Internetportal geschaffen, das von Läufern, Nicht-Läufern, Veranstaltern, Managern und auch wem sonst noch überaus gerne gelesen wird. „Etwa 12 Millionen Besuche hat LaufReport generiert“, weiß Walter Wagner die Beliebtheit in Zahlen auszudrücken. Sprichwörtlich Tag und Nacht arbeiten die „CoWaWa’s“ im Verbund mit 35 MitarbeiterInnen, die unterschiedlich häufig, aber regelmäßig von Läufen berichten, um ein höchst aktuelles, lesenswertes Internetportal zu erstellen, das nicht zuletzt wegen

seiner kritischen Töne nicht nur in der einschlägig vorbelasteten Szene gerne gelesen wird.

## Pionierarbeit

Constanze und Walter Wagner zählen zweifellos zu den Internetpionieren. Seit 2002 ist das elektronische Format auf dem Markt, schon ein Jahrzehnt früher liegen die Ursprünge journalistischen Schaffens, denn damals erschien quasi die Erstausgabe von LAUFmit, vornehmlich mit regionaler Ausstrahlung. Alleine die globale Verbreitung verbot zudem bei der Onlineversion eine geografische Begrenzung, denn wer heute auf www.laufreport.de geht, der findet

Laufereignisse über alle Kontinente hinweg.

Aber nicht nur das, die Themenvielfalt bei LaufReport ist ebenso beeindruckend wie auch die verschiedenen Rubriken, mit denen eine Userbindung einhergeht. Vor allem alle Facetten des Laufsports, die stetig „hereinbrechenden“ News der Verbände, Veranstalter und Agenturen, die Sprechstunde mit dem Laufdoktor Rudolf Ziegler, Sonntags Tagebuch, Portraits, Reisen und Laufen, Training und mehr sind anzuklicken – ein Fundus, der beispiellos in der deutschsprachigen Laufszene ist. Was für die einstigen Industriekaufleute mit einem kräftigen Schuss Laufbesessenheit als besserer Nebenjob begann, ist längst zum Hauptberuf geworden. „Was LaufReport nach wie vor stützt, das sind der gestalterische Aufwand und der Fleiß“, vermutet Constanze Wagner, die vor allem als Ultraläuferin sogar zu internationalen Lorbeeren kam: Zweimal gewann sie den legendären Bieler Hunderter, zudem Bronze im Einzel und Mannschaftsgold mit der deutschen Nationalmannschaft bei den IAU-Weltmeisterschaften. Ehemann Walter bezeichnet sich hingegen eher als Freizeitläufer mit allerdings höchst erstaunlichen 88 Marathon- und 42 Ultraläufen.

## Unabhängige Arbeit

Wie finanziert sich ein vergleichsweise kleines Onlineportal wie LaufReport, das natürlich im Konzert der professionellen Sportportale schon alleine wegen der Werbeeinnahmen aus der Industrie nicht konkurrieren kann? „Wir sind unabhängig“, betont Walter Wagner mit berechtigtem Stolz. „Dieses ist alleine möglich durch das außerordentliche Engagement unser Mitarbeiter. Die Kosten werden überwiegend durch die Veranstaltungsanzeigen getragen!“ Das damit keine Reichtümer anzuhäufen sind, versteht sich von alleine. Es reicht freilich, um mit Ausdauer, großem Engagement, immer neuen Ideen und mit viel Herzblut die nationale und internationale Laufszene umfassend sowie keineswegs mainstreammäßig, sondern vor allem kritisch zu beleuchten. ■



### 13. März RUNATOLIA - Antalya

Runatolia Marathon. Start: Kulturzentrum Glaspypiramide/ Antalya. Beginn: 8:45 Uhr. +++ 42,195 km (Alle Klassen) +++ 10 km (Alle Klassen) +++ 21,1 km (Alle Klassen) Holiday Plan Tourism, Mehmetçik Mahallesi Aspendos Bulvarı Aspendos İş Merkezi No:65/A-B, 07200 Antalya, Tel: 0090-2423104040, nergiz.gurler@holidayplan.com.tr, www.runatolia.com

### 13. März Bensberg bei Köln

Königsforst Marathon. Start: Brüderstraße, Königsforst. Beginn: 10:00 Uhr. . +++5 km (alle Klassen) +++ 10 km (alle Klassen) +++ 21,1 km (alle Klassen), +++ 42,2 km (alle Klassen) TV Refrath running team, Sperberweg 16, 51515 Kürten, Tel. 02207 - 5987 info@koenigsforst-marathon.de www.koenigsforst-marathon.de

### 13. März Falkensee-Berlin

Lauf der Sympathie. Start: Stadthalle Falkensee. Beginn: 11:00 Uhr. +++ 5 km (alle Klassen) +++ 10 km (alle Klassen) VfV Spandau, Wichernstraße 55, 13587 Spandau, Tel: 030-3378683, lds@vfv-spandau.de www.vfv-spandau.de

### 26. März Paderborn

Paderborner Osterlauf. Start: Sportzentrum Masperrplatz. Beginn: 11:15 Uhr. +++ 5 km (Alle Klassen) +++ 10 km (Alle Klassen) +++ Halbmarathon (Alle Klassen) Paderborner Osterlauf GmbH, Christian Stork und Mathias Vetter, Schützenplatz 3, 33102 Paderborn, Tel: 05251-56154 www.paderborner-osterlauf.de info@paderborner-osterlauf.de

### 10. April

Marathon Deutsche Weinstraße, Start: Haus der Deutschen Weinstraße, Beginn: 10:00 Uhr. +++ 21,1 km (Alle Klassen) +++42,2 km (Alle Klassen) Kreisverwaltung Bad Dürkheim, Rolf Kley, Philipp-Fauth-Str. 11, 67098 Bad Dürkheim, Tel.: 06322-9611015 www.marathon-deutsche-weinstrasse.de info@marathon-deutsche-weinstrasse.de

### 10. April Hannover

HAI Hannover Marathon Start: Neues Rathaus, Friedrichswall. Beginn: 9:00 Uhr. +++ 42,195 km (Alle Klassen) +++ 21,095 km (Alle Klassen) +++ 10,0 km (Alle Klassen) eichels: Event GmbH, Leinstraße 31, 30159 Hannover, Tel: 0511-2887930, Fax: 0511-28879319, kontakt@marathon-hannover.de, www.haj-marathon.de

### 10. April Bonn

Deutsche Post Marathon Bonn. Start: Koblenzer Tor. Beginn: ab 8.30 Uhr +++ 42,195 km (Alle Klassen) +++ 21,0975 km (Alle Klassen) Deutsche Post Marathon Bonn, MMP Veranstaltungs- und Vermarktungs GmbH, Unterthal 3, 51465 Bergisch Gladbach, Tel: 0221-9127506, Fax: 0221-9127509, info@deutschepost-marathonbonn.de, www.deutschepost-marathonbonn.de

### 10. April Korschenbroich

Korschenbroicher City-Lauf. Start: Hindenburgstraße. Beginn: 11:45 Uhr. +++ 5 km (Alle Klassen) +++ 10 km (Alle Klassen) City-Lauf GmbH, Hannenplatz 4, 41352 Korschenbroich, Tel: 02161-613125, Fax 02161 - 613298, www.citylauf-korschenbroich.de

### 10. April Kempten

Laufsporttag Kempten Allgäu, Start: Residenzplatz Kempten, Beginn: 11:00 Uhr. +++ 5 km (alle Klassen) +++ 21,1 km (alle Klassen) TV Jahn Kempten, Laufsport Saukel, Kronenstraße 12, 87435 Kempten, Tel: 0831-201218, Fax:0831-201236 info@laufsport-saukel.de www.kempten-halbmarathon.de

### 17. April Tangermünde

Tangermünder Elbdeichmarathon. Start: Hafen. Beginn 10.00 Uhr. +++42,195 km (alle Klassen) +++ 21,097 km (alle Klassen) +++ 10 km (alle Klassen) +++ 3 km (Schüler) +++ 0,8 km (Kinder) Tangermünder Elbdeichmarathon e.V., Postfach 1103, 39585 Tangermünde, Tel: 01570-3520774, Fax: 039322-70550 info@elbdeichmarathon.de www.elbdeichmarathon.de

### 17. April Burg (Spreewald)

Spreewald Marathon. Start: Burg Grundschule oder Lübbenau Markt. Beginn: 10:30 Uhr +++ 42, 195 km (Alle Klassen) +++ 21, 1 km (Alle Klassen) +++ 10 km (Alle Klassen) +++ 5 km (Alle Klassen) Spreewald-Marathon e.V., Schmogrower Straße 22, 03096 Fehrow-Schmogrow, Tel: 035756-63699, organisation@spreewaldmarathon.de, www.spreewaldmarathon.de

### 17. April Hamburg

Haspa Marathon Hamburg, Start:Messe/ Karolinenstraße, Beginn: 9.00 Uhr. +++ 42,195 km (Alle Klassen) Marathon Hamburg Veranstaltungs GmbH, Alsterdorfer Straße 262, 22297 Hamburg, Tel: 01805-100 250 office@marathonhamburg.de www.haspa-marathon-hamburg.de

### 24. April Würzburg

Würzburger Residenzlauf Start: Residenzplatz. Beginn: 10:45 Uhr. +++ 2,5 km (Jugend, Senioren, Männer, Frauen) +++ 5 km (Senioren, Männer, Frauen) +++ 10 km (Senioren, Männer, Frauen) +++ 10 km (Elite-Männer, Elite-Frauen) Würzburger Residenzlauf Veranstaltungsgesellschaft UG, Sedanstr. 23, 97082 Würzburg, Tel: 0931-4607860, buero@residenzlauf.de www.residenzlauf.de

### 24. April Düsseldorf

METRO GROUP Marathon Düsseldorf. Start: Joseph-Beuys Ufer 33. Beginn: 8:45 Uhr. +++ 4,2 km (Schüler) +++ 4,2 km (Jugend) +++ 42,195 km (Senioren, Männer, Frauen, Elite-Männer, Elite-Frauen) rhein-marathon düsseldorf e.V., Faunastr. 3, 40239 Düsseldorf, Tel: 0211-61019022, info@metrogroup-marathon.de, www.metrogroup-marathon.de

### 24. April Königstein

VVO Oberelbe-Marathon Start: Königstein. Beginn: 09:25 Uhr. +++ 42,195 km (Senioren, Männer, Frauen, Elite-Männer, Elite-Frauen) +++ 21,1 km (Jugend, Senioren, Männer, Frauen, Elite-Frauen) +++ 10 km (Schüler, Jugend, Senioren, Männer, Frauen, Elite-Frauen) +++ 3,7 km (Schüler, Jugend, Senioren, Männer, Frauen, Elite-Männer, Elite-Frauen) xperience sports & events, Uwe Sonntag, Marktweg 4, 01157 Dresden, Tel: 01577-1577139, info@oberelbe-marathon.de, www.oberelbe-marathon.de

### 24. April I - Meran

Südtiroler Frühling-Halbmarathon Meran-Algund Start: Meran. Beginn: 9:30 Uhr. +++ 21,10 km (Senioren, Männer, Frauen, Elite-Männer, Elite-Frauen) +++ 9 km (Alle Klassen) Sportclub Meran Leichtathletik, Martin SANIN, Rennweg 115, 39012 Meran, Tel: +390473232126, Fax: +390473069021, office@marathon-meran.com, www.marathon-meran.com

## Alle Läufe auf einen Blick

### 1. Mai

#### A – Salzburg

Salzburg-Marathon Start: Altstadt. Beginn: 9.00 Uhr. +++ 42,195 km +++ 21,097 km +++ 10 km +++ 5 km +++ Teamlauf +++ Community Challenge  
SportImpuls Verlags- und Marketing GmbH, Johannes Langer, Ginzkeyplatz 10/ III/ 1, A-5020 Salzburg  
Tel: +43 699 17042195, Fax: +43 662 626868  
office@salzburg-marathon.at  
www.salzburg-marathon.at

### 8. Mai

#### München

Wings for Life World Run - Germany Start: Olympiastadion. Beginn: 13:00 Uhr. +++ offene Streckenlänge +++  
S & K Marketing GmbH, Büro Olympiapark, Spiridon-Louis-Ring 25, 80809 München  
www.wingsforlifeworldrun.com

### 8. Mai

#### CZ – Prag

Volkswagen Prag Marathon Start: 9.00 Uhr  
Prague International Marathon s.r.s., Running Mall, Františka Křížka 11, 17000 Prague 7,  
Tel: +42 (0) 224 919 209  
info@praguemarathon.com  
www.praguemarathon.com

### 8. Mai

#### Heilbronn

Heilbronner Trollinger-Marathon Start: Frankenstadion. Beginn: 8:45 Uhr. +++ 42,195 km (Jugend, Senioren, Männer, Frauen, Elite-Männer, Elite-Frauen) +++ 21,1 km (Jugend, Senioren, Männer, Frauen, Elite-Männer, Elite-Frauen) +++ 3,5 km (Schüler, Jugend) +++ 0,42 km (Schüler)  
Heilbronn Marketing GmbH, Holger Braun, Marktplatz 1, 74072 Heilbronn,  
Tel: 07131-563741, Fax: 07131-563140,  
info@trollinger-marathon.de,  
www.trollinger-marathon.de

### 14. Mai

#### Mannheim & Ludwigshafen

Dämmermarathon Mannheim|Ludwigshafen Start: Mannheim Friedrichsplatz. Beginn: 17:00 Uhr. +++ 0,4 km (Schüler) +++ 2,1/4,2 km (Jugend) +++ 21,0975 km (Alle Klassen) +++ 42,195 km (Alle Klassen)  
m³ marathon mannheim marketing GmbH & Co. KG, Werderstraße 12, 68165 Mannheim, Tel: 0621-82047970,  
info@marathonmannheim.de,  
www.marathonmannheim.de

### 15. Mai

#### Berlin

BIG 25 Berlin Start: Olympischer Platz. Beginn: 10:00 Uhr. +++ 25 km (Alle Klassen) +++ 21,1 km (Alle Klassen) +++ 10 km (Alle Klassen) +++ 5x5 km (Alle Klassen)  
Berlin läuft! GmbH, Maxdorfer Steig 7, 10713 Berlin,  
Tel: 030-24319977, Fax: 030-24319999,  
info@berlin-laeuft.de,  
www.berlin-laeuft.de

### 15. Mai

#### Koblenz

Mittelrhein Marathon Start: Koblenz/Boppard/Rhens. Beginn: ab 8:30 Uhr. +++ 42,195 km (Alle Klassen) +++ 21,1 km (Alle Klassen) +++ 10 km (Alle Klassen)  
Mittelrhein Marathon e.V., Koblenzer Str. 79, 56073 Koblenz, Tel: 0261-2016830, Fax: 0261-2016839,  
anmeldung@mittelrhein-marathon.de,  
www.mittelrhein-marathon.de

### 22. Mai

#### Mainz

Gutenberg Marathon Start: Rheingoldhalle/Rathaus. Beginn: 9:30 Uhr. +++ 42,195 km (Alle Klassen) +++ 28,13 km (alle Klassen) +++ 21,0975 km (Alle Klassen)  
Landeshauptstadt Mainz, Gutenberg Marathon, Postfach 33820, 55025 Mainz, Tel: 06131-124219, Fax: 06131-124220,  
gutenberg-marathon@stadt.mainz.de  
www.marathon.mainz.de

### 27. Mai

#### Berlin

Berliner Firmenlauf Start: Brandenburger Tor. Beginn: 19:30 Uhr. +++ 6 km (Alle Klassen)  
SC TF Veranstaltungen gGmbH, Stephan Sachs, Hermsdorfer Damm 199, 13467 Berlin, Tel: 030-40508582, Fax: 030-40501997,  
office@berliner-firmenlauf.de  
www.berliner-firmenlauf.de

### 5. Juni

#### Salzkotten

Klingenthal Sport Marathon Start: Marktstraße, Beginn: 9:00 Uhr. +++ 42,195 km (Alle Klassen) +++ 21,195 km (Alle Klassen) +++ 10 km (Alle Klassen) +++ 5,5 km (Alle Klassen)  
Stadtsportverband Salzkotten, Stadt Salzkotten, Marktstr. 8, 33154 Salzkotten, Tel: 05258-5070,  
verein@salzkotten-marathon.de  
www.salzkotten-marathon.de

### 5. Juni

#### Duisburg

Rhein-Ruhr Marathon Start: Kruppstraße. Beginn: 8:00 Uhr. +++ 42,195 km (Alle Klassen) +++ 21,1 km (Alle Klassen)  
Stadtsportbund Duisburg e.V., Bertaallee 8b, 47055 Duisburg, Tel: 0203-3000-811,  
info@rhein-ruhr-marathon.de,  
www.rhein-ruhr-marathon.de

### 11. Juni

#### Drebber

Drebber Marathon Start: Schulstraße zwischen Schulhof und Sportplatz. Beginn: 14:30 Uhr +++ 42,195 km (Alle Klassen) +++ 21,1 km (Alle Klassen) +++ 9,4 km (Alle Klassen) +++ 4,7 km (Alle Klassen)  
TSV Drebber, Elke Maschmeyer, Hoopener Str. 18a, 49457 Drebber, Tel: 05445 - 227 306,  
organisation@drebber-marathon.de,  
www.drebber-marathon.de

### 11. Juni

#### Fürth

Metropolmarathon Start: Fürther Freiheit. Beginn: 8:30 Uhr. +++ 42 km (Alle Klassen) +++ 21,1 km (Alle Klassen) +++ 4x 10,5 km (Alle Klassen) +++ 10,5 km (Alle Klassen) +++ 5 (28.6.) km (Alle Klassen)  
Stadt Fürth-Metropolmarathon, Bernd van Trill, Königstraße 88, 90762 Fürth, Tel: 0911-9741904, Fax: 0911-9741205,  
info@metropolmarathon.de  
www.metropolmarathon.de

### 12. Juni

#### Würzburg

iWelt Marathon Würzburg Start: Congress Centrum. Beginn: 9:00 Uhr. +++ 42 km (Alle Klassen) +++ 21 km (Alle Klassen) +++ 10 km (Alle Klassen) +++ ca. 14 km (Alle Klassen)  
Stadtmarathon Würzburg e.V., Alfred-Nobel-Str. 20, 97080 Würzburg, Tel: 0931-9033850, Fax: 0931-9033855  
info@wuerzburg-marathon.de,  
www.wuerzburg-marathon.de

### 19. Juni

#### Leverkusen

EVL-Halbmarathon Start: Kölner Straße. Beginn: 9:00 Uhr. +++ 21,1 km (Alle Klassen) +++ 10 km (Alle Klassen)  
Sportpark Leverkusen, Bismarckstraße 125, 51373 Leverkusen, Tel: 0214-8684077, Fax: 0214-8684060,  
info@leverkusen-halbmarathon.de,  
www.leverkusen-halbmarathon.de

### 19. Juni

#### Wilhelmshaven

Gorch-Fock-Marathon Start: Virchowstraße (Gorch-Fock-Haus). Beginn: 09:30 Uhr. 42,195 km (Alle Klassen) +++ 21,0975 km (Alle Klassen) +++ 10 km (Alle Klassen)  
„WHV-Gorch-Fock-Marathon“, Claus Bauermann, Am Tobel 10, 88368 Bergatreute, Tel: 07527- 22 98, Fax: 07527- 2158,  
claus@whv-gorch-fock-marathon.de,  
www.whv-gorch-fock-marathon.de

### 22. Juni

#### Darmstadt

Darmstädter Stadtlauf Start: Ludwigsplatz. Beginn: 19:00 Uhr. +++ 5 km (Männer, Frauen, Masters, Jugend, Senioren) +++ 7,6 km (Elite-Männer) / 5,5 km (Elite-Frauen)  
wus-media UG, Wilfried Raatz, Ludwigstr. 3, 64354 Reinheim, Tel: 06162-9197399,  
service@darmstadt-laeuft.de,  
www.darmstadt-laeuft.de

### 26. Juni

#### Hamburg

hella hamburg halbmarathon Start: Reeperbahn. Beginn: 10:00 Uhr. +++ 21,1 km (Jugend, Senioren, Männer, Frauen, Elite-Männer, Elite-Frauen) +++ 0,6 km (Schüler)  
BMS Sportveranstaltungen GbR / Hamburger SV, Klaus-Groth-Straße 95, 20535 Hamburg, Tel: 040 371 381, Fax: 040 371 333,  
info@hamburg-halbmarathon.de,  
www.hamburg-halbmarathon.de

### 1. Juli\*

#### Mannheim

Frauenlauf Mannheim Start: Luisenpark. Beginn: 18:00 Uhr +++ 7 km (alle Klassen),  
Niedermeier\* Marketing PR Events GmbH, Großherzog-Friedrich-Str. 100, 66121 Saarbrücken, Tel: 0681-96853813,  
frauenlauf-mannheim@niedermeierplus.de  
www.frauenlauf-mannheim.de  
\* (Termin unter Vorbehalt)

### 2. Juli\*

#### Arlberg

Montafon Arlberg Marathon Start: Feuerwehrhaus Silbental, St. Anton am Arlberg,, Beginn: 8:00 Uhr +++ 16 km (Altersklassen ab W30, M30) +++ 33 km (Altersklassen ab W30, M 30) +++ 42,195 km (Alterklassen ab W30, M30)  
Montafon Touristik GmbH, Montafoner Straße 21, A-6780 Schrunz, Tel:0043-5556722530  
info@montafon-arlberg-marathon.com  
www.montafon-arlberg-marathon.com  
\* (Termin unter Vorbehalt)

### 3. Juli

#### Esslingen

Eßlinger Zeitung Lauf Start: Bahnhofstraße. Beginn: 11:00 Uhr. +++ 1,2 km (Schüler) +++ 2,5 km (Schüler) +++ 10 km (Schüler, Jugend, Senioren, Männer, Frauen)  
Eßlinger Zeitung und TSG Esslingen, Andreas Müller, Zeppelinstraße 116, 73730 Esslingen, Tel: 0176/26186372, Fax: 0711/3169124,  
andreas.mueller@ez-online.de,  
www.ezl.esslinger-zeitung.de

### 16. Juli

#### I – Graun

Reschenseelauf Start: Graun. Beginn: 17:00 Uhr. +++ 15,3 km (Alle Klassen)  
ASV Rennerclub Vinschgau Raiffeisen, Gerald Burger, Laatsch 180, I-39024 Mals im Vinschgau, Tel: 0039 473 623109,  
info@reschenseelauf.it  
www.reschenseelauf.it

### 30. Juli\*

#### Nürburg

Nürburgring Lauf Start: Nürburgring, Grand Prix Strecke. Beginn: 8:00 Uhr. +++ 24,4 km (Männer, Frauen) +++ 5 km (Schüler, Jugend, Männer, Frauen) +++ 10 km (Schüler, Jugend, Männer, Frauen)  
Rad & Run am Ring c/o eventwerkstatt GmbH, Hanns-Martin Fraas, Gerokstr. 31, 71665 Vaihingen/Enz, Tel: 07042-2892218, Fax: 07042-2892219,  
service@nuerburgring-lauf.de,  
www.nuerburgring-lauf.de  
\* (Termin unter Vorbehalt)

### 6. August

#### Rostock

hella marathon nacht rostock Start: Stadtmitte/ Neuer Markt. Beginn: 18:00 Uhr. +++ 42,195 km (Alle Klassen) +++ 21,0975 km (Alle Klassen) +++ Staffel +++ Schülerläufe  
BMS Sportveranstaltungen GbR, Klaus-Groth-Straße 95, 20535 Hamburg, Tel: 040-371381,  
info@rostocker-marathon-nacht.com,  
www.rostocker-marathon.nacht.com

### 14. August

#### Monschau

Monschau Marathon Start: Konrad-Adenauer-Straße. Beginn: 6:00 Uhr. +++ 42,195 km (Jugend, Senioren, Männer, Frauen) +++ Ultra-Marathon 56 km (Senioren, Männer, Frauen)  
TV Konzen, Oliver Krings, Am Pötzchen 20, 52156 Monschau, Tel: 02472 5913,  
info@monschau-marathon.de,  
www.monschau-marathon.de

### 20. August

#### Schortens

Jever-Fun-Lauf Start: Schortens. Beginn: 14:00 Uhr. +++ 0,4 km (Schüler, Bambini) +++ 1 km/ 3 km (Schüler, Jugend) +++ 5 km/10 km (Schüler, Jugend, Senioren, Männer, Frauen) +++ 16,1 km (Jugend, Senioren, Männer, Frauen, Elite-Männer, Elite-Frauen)  
Heidmühler FC, Rudolf Budweg, Sandweg 197 B, 26135 Oldenburg, Tel: 0170-9314746, Fax: 0441-57052934,  
info@jever-fun-lauf.de,  
www.jever-fun-lauf.de

### 28. August

#### Simmern/ Hunsrück

RWE Hunsrück-Marathon Start: Hunsrückhalle. Beginn: 07:55 Uhr. +++ 42,195 km (Jugend, Senioren, Männer, Frauen, Team-Marathon) +++ 21,1 (Jugend, Senioren, Männer, Frauen, Schülerstaffel) +++ 6,3 km (Schüler, Jugend, Senioren, Männer, Frauen)  
Hunsrück-Marathon e.V., Raiffeisenstrasse 23, 56288 Laubach/Hunsrück; Ottmar Berg; Tel: 06762 – 6112, Fax: 06762 - 407583 oder Renate Lorenz Tel: 06762 – 5693, Fax: 06762- 407591,  
info@hunsrueck-marathon.de  
www.hunsrueck-marathon.de

### im September\*\*

#### Halle/ Saale

Mitteldeutscher Marathon Start: Spergau/ Halle/ Holleben. Beginn: 9:00 Uhr. +++ 42,195 km (Jugend, Senioren, Männer, Frauen) +++ 21,0975 km (Jugend, Senioren, Männer, Frauen) +++ 10 km (Alle Klassen) +++ 10,548 km (Alle Klassen)  
Run e.V., Stephan Brausch, Talamtstraße 7, 06108 Halle (Saale), Tel: 0345-29989922, Fax: 0345-29989923,  
info@mitteldeutscher-marathon.de,  
www.mitteldeutscher-marathon.de  
\*\* (Termin noch offen)

## Alle Läufe auf einen Blick

### 4. September

#### Düsseldorf

Stadtwerke Düsseldorf Kö-Lauf Start: Königsallee. Beginn: 10:30 Uhr. +++ 1,1 km (Schüler) +++ 4 km (Jugend, Senioren, Männer, Frauen) +++ 10 km und neu Halbmarathon (Jugend, Senioren, Männer, Frauen, Elite-Männer, Elite-Frauen)  
rhein-marathon düsseldorf e.V., Faunastr. 3, 40239 Düsseldorf, Tel: 0211 610190-22,  
info@swd-koelauf.de,  
www.swd-koelauf.de

### 4. September

#### Bochum

Stadtwerke Halbmarathon Bochum Start: Viktoriastraße in Höhe Bermuda3eck Bochum. Beginn: 9.00 Uhr +++ 21,097 km +++ HM-Staffel +++ 10 km  
TV Wattenscheid 01 Leichtathletik e.V., Markus Kubillus, Hollandstraße 95, 44866 Bochum  
Tel: 02327 933550, Fax: 02327 9335512  
info@stadtwerke-halbmarathon.de  
www.stadtwerke-halbmarathon.de

### 11. September

#### Hamburg

Alsterlauf Hamburg Start: Mönckebergstraße / Steinstraße. Beginn: 10:00 Uhr. +++ 10,0 km (Schüler, Jugend, Senioren, Männer, Frauen, Elite-Männer, Elite-Frauen) +++ 1,2 km (Schüler)  
BMS Sportveranstaltungen GbR / Hamburger SV, Klaus-Groth-Straße 95, 20535 Hamburg, Tel: 040 371 381, Fax: 040 371 333,  
info@alsterlauf-hamburg.de,  
www.alsterlauf-hamburg.de

### 11. September

#### Münster

Volksbank-Münster-Marathon Start: Schlossplatz. Beginn: 9:00 Uhr. +++ 42,195 km (Alle Klassen)  
Münster-Marathon e.V., Michael Brinkmann, Windthorststraße 32, 48143 Münster, Tel: 0251/92 77 288, Fax: 0251/92 77 289,  
info@volksbank-muenster-marathon.de,  
www.volksbank-muenster-marathon.de

### 18. September

#### Kassel

E.ON Kassel Marathon Start: Damaschkestraße. Beginn: 8:00 Uhr. +++ 21,1 km (Alle Klassen) +++ 42,195 km (Alle Klassen)  
AS Event GmbH, Winfried Aufenanger, Böllpfad 5, 34292 Ahnatal, Tel: 0561-51091446, Fax: 0561-51091488,  
info@kassel-marathon.de,  
www.kassel-marathon.de

## Alle Läufe auf einen Blick

### 18. September

#### Neumarkt

Neumarkter Stadtlauf Start: Rathaus.  
Beginn: 9:50 Uhr. +++ 5,5 km (Jugend) +++  
3,3 km (Schüler, Jugend) +++ 10,5 km (Ju-  
gend, Senioren, Männer, Frauen) +++ 21 km  
(Jugend, Senioren, Männer, Frauen)  
Stadtlauf Neumarkt e.V., Deininger Weg 86,  
92318 Neumarkt, Tel: 0151-52942630,  
info@stadtlaf-neumarkt.de,

### 18. September

#### Pleinfeld

Seenlandmarathon Start: Volksfestplatz  
Pleinfeld. Beginn: 9.00 Uhr +++ 42,195 km  
+++ 21,097 km  
Seenlandmarathon Outdoor und Offroad  
Association International e.V. (OAI e.V.),  
Christian Weber, Treuchtlinger Straße 33,  
91781 Weißenburg, Tel: 09141 9018980,  
Fax: 09141 9018920  
info@seenlandmarathon.de  
www.seenlandmarathon.de

### 24. September

#### Altötting

OMV Halbmarathon Start: Stadtzentrum.  
Beginn: 10:15 Uhr +++ 21,1 km (Alle Klas-  
sen) +++ 6 km (Alle Klassen) +++ 1,5 km  
(Schüler, Jugend, Senioren)  
TOP Sport & Werbung, Josef-Kehrer-Str. 12,  
84503 Altötting, Tel: 08671-6625,  
halbmarathon@gmx.de,  
www.halbmarathon.de

### 25. September

#### Karlsruhe

FIDUCIA Baden-Marathon Karlsruhe Start:  
Europahalle. Beginn: 9:00 Uhr. +++ 42,195  
km (Alle Klassen) +++ 21,1 km (Alle Klassen)  
+++ Team-Marathon  
Marathon Karlsruhe e.V.,  
Hermann-Veit-Str. 7, 76135 Karlsruhe,  
Tel: 0721-1335255, Fax: 0721-1335249,  
info@badenmarathon.de,  
www.badenmarathon.de

### 25. September

#### Ulm

Ulm/Neu-Ulmer Einstein-Marathon Start:  
Ulm. Beginn: 9:00 Uhr. +++ 42,195 km (Se-  
nioren, Männer, Frauen) +++ 21,0975 km  
(Jugend, Senioren, Männer, Frauen) +++  
21,0975 (N.Walking, Inline, Handbike) +++  
10 km (Jugend, Senioren, Männer, Frauen)  
+++ 5 km (Jugend, Senioren, Männer, Frau-  
en)  
SUN Sportmanagement GmbH,  
Markus Ebner, Messerschmittstr. 5,  
89231 Neu-Ulm, Tel: 0731-88015030,  
Fax: 0731-88015033,  
info@einstein-marathon.de,  
www.einstein-marathon.de

### 9. Oktober

#### Lindau

Sparkasse-Marathon der 3 Länder am  
Bodensee Start: Bahnhofplatz. Beginn:  
11:00 Uhr. +++ 42,195 km (Alle Klassen)  
+++ 21,1 km (Alle Klassen) +++ 11,45 km  
(Alle Klassen)  
SEG Sport Event GmbH,  
Kaiser-Franz-Josef- Str. 61,  
A-6845 Hohenems,  
Tel: 0043-50100-75100,  
Fax: 0043-50100-975199,  
info@sparkasse-marathon.at,  
www.sparkasse-3-laender-marathon.at

### 9. Oktober

#### Essen

RWE Marathon „Rund um den Baldeneysee“  
Start: Freiherr-vom-Stein-Str. (Baldeneysee).  
Beginn: 10:00 Uhr. +++ 42,195 km (Alle  
Klassen) +++ Marathon-Staffel  
TUSEM Essen, Gerd Zachäus, Lührmannwald  
24, 45149 Essen, Tel: 0201-7495520,  
Fax: 0201-7495521,  
organisation@essen-marathon.de,  
www.rwe-marathon.de

### 9. Oktober

#### Bräunlingen

Schwarzwald-Marathon Start: Stadthalle  
Bräunlingen. Beginn: 15:00 Uhr. +++  
42,195 km (Alle Klassen) +++ 21,1 km  
(Alle Klassen) +++ 10 km (Alle Klassen) +++  
4 km (Schüler, Jugend)  
LSG Schwarzwald-Marathon,  
Sommergasse 6, 78199 Bräunlingen,  
Tel: 0771-8976345, Fax: 0771-8976735,  
ok@schwarzwald-marathon.de,  
www.schwarzwaldmarathon.de

### 16. Oktober

#### Steinheim/Murr

Bottwartal-Marathon Start: Steinheim/Murr-  
Riedstadion Beginn: 09:00 Uhr. +++ 50 km  
Ultra-Lauf (Trail) +++ 42,195 km (Alle Klas-  
sen) +++ 21,0975 km (Alle Klassen) +++  
¾ Marathon (Alle Klassen) +++ 10 km (Alle  
Klassen)  
Bottwartal-Marathon, TSG Steinheim,  
Magdeburger Weg 9/1, 71672 Marbach/  
Neckar, Tel: 07144-3059320,  
Fax: 07144-3059310,  
organisation@bottwartal-marathon.de,  
www.bottwartal-marathon.de

### 16. Oktober

#### Magdeburg

Magdeburg-Marathon Start: Messe Herren-  
krugstraße. Beginn: 9:10 Uhr. +++ 42,195  
km (Senioren, Männer, Frauen) +++ 21,1 km  
(Jugend, Senioren, Männer) +++ 13 km  
(Schüler, Jugend, Senioren, Männer, Frauen)  
+++ 4,2 km (Schüler, Jugend, Senioren, Män-  
ner, Frauen)  
VLG 1991 Magdeburg e.V., Seilerweg 1,  
39114 Magdeburg, Tel: 0391-2549645,  
Fax: 0391-5618559,  
info@magdeburg-marathon.eu,  
www.magdeburg-marathon.eu

### 23. Oktober

#### Dresden

Morgenpost Dresden-Marathon Start: Zen-  
trum. Beginn: 9:30 Uhr. +++ 4,2 km (Alle  
Klassen) +++ 10 km (Alle Klassen) +++ 21,1  
km (Alle Klassen) +++ 42,195 km (Alle Klas-  
sen)  
Dresden Marathon e. V. / creative sportmar-  
keting, Peter Eckstein, Isfriedstraße 7,  
01217 Dresden, Tel: 0351-4011222,  
Fax: 0351-4015222,  
info@dresden-marathon.com,  
www.dresden-marathon.com

### 30. Oktober

#### Luzern

SwissCityMarathon Start: Verkehrshaus Lu-  
zern. Beginn: 9:00 Uhr. +++ 8,62 km (Ju-  
gend, Männer, Frauen) +++ 21,1 km (Alle  
Klassen) +++ 42,19 km (Alle Klassen)  
Verein Lucerne Marathon, Lidostraße 5,  
CH-6006 Luzern, Tel: 0041-413750330  
info@swisscitymarathon.ch  
www.swisscitymarathon.ch

### 7. November\*

#### Kelkheim

ARQUE Lauf run + bike Start: Sportplatz  
„Am Ries“ in Kelkheim (34,631 km). Beginn:  
9.00 Uhr. +++ 34,631 km +++ 22,114 km  
+++ 14,486 km +++ 8,814 km  
ARQUE e.V./ TV Unterliederbach, c/o  
Michael Lederer, Gundelhardtstraße 50,  
65779 Kelkheim  
webmaster@arquelauf.de  
www.arquelauf.de  
\* (Termin unter Vorbehalt)

### 6. Dezember

#### Tübingen

LBS-Nikolauslauf Start: Waldhäuserstr. 118.  
Beginn: 10:00 Uhr. +++ 21,1 km (Jugend,  
Senioren, Männer, Frauen)  
Post-SV Tübingen e.V., Gerold Knisel,  
Hallstattstr. 10, 72070 Tübingen,  
gknisel@yahoo.de,  
www.nikolauslauf-tuebingen.de

### 31. Dezember

#### Bietigheim-Bissingen

Bietigheimer Silvesterlauf Start: Halle am  
Viadukt. Beginn: 14:30 Uhr. +++ 11,2 km  
(Schüler, Jugend, Senioren, Männer, Frauen)  
Bietigheimer Silvesterlauf, Gerhard Müller,  
Bei der Kelter 5, 79321 Bietigheim-Bissin-  
gen, Tel: 07142-7090271,  
info@bietigheimersilvesterlauf.de  
www.bietigheimersilvesterlauf.de

**AKTUELLE INFOS**  
[www.germanroadraces.de](http://www.germanroadraces.de)

# SWISSRUNNERS

## Willkommen bei den grössten und schönsten Running-Events der Schweiz.



**Treuepunkte  
sammeln und  
profitieren**  
[swissrunners.ch](http://swissrunners.ch)

- Bremgarter Reuslauf 27.2.16
- Kerzerslauf 19.3.16
- 20 km de Lausanne 23./24.4.16
- Zürich Marathon 24.4.16
- Luzerner Stadtlauf 30.4.16
- Harmony Genf Marathon 7./8.5.16
- Grand-Prix von Bern 14.5.16
- Stralugano 21./22.5.16
- Bieler Lauftage 9.-11.6.16
- Schweizer Frauenlauf Bern 12.06.16
- Aletsch-Halbmarathon 26.06.16
- Swissalpine Davos 30.7.16
- Jungfrau-Marathon 9./10.9.16
- Altstätter Städtlilauf 10.9.16
- Greifenseelauf 17.9.16
- Morat-Fribourg 2.10.16
- Hallwilerseelauf 15.10.16
- Schlosslauf Rapperswil-Jona 16.10.16
- Glarner Stadtlauf 22.10.16
- SwissCityMarathon-Lucerne 30.10.16
- Lausanne-Marathon 30.10.16
- Corrida Bulloise 19.11.16
- Basler Stadtlauf 26.11.16
- Course de l'Escalade 2./3.12.16
- Gossauer Weihnachtslauf 3.12.16
- Zürcher Silvesterlauf 11.12.16



  
**Berlin läuft!** präsentiert:

## VERANSTALTUNGEN 2016

**JETZT  
ANMELDEN**

### **Airport Night Run, 16. April 2016**

*Der Nacht-Lauf über den Flughafen Berlin Brandenburg  
10 km Laufen & Walken, Halbmarathon*

### **BIG 25 Berlin, 15. Mai 2016**

*Die 25 km-Weltrekordstrecke mit Start und Ziel Olympiastadion!  
25 km, Halbmarathon, 10 km und 5x5 km-Staffel, Kinderlauf*

### **Mazda IGA-Lauf, 29. Mai 2016**

*Das Lauf-Erlebnis durch die Gärten der Welt  
5 km, 10 km, Kinderlauf*

### **VOLVO Tierparklauf, 11. September 2016**

*Das Familien-Event in Europas größtem Landschaftstiergarten  
5 km Laufen & Walken, 10 km Laufen, Kinderlauf*

### **ASICS Grand 10 Berlin, 09. Oktober 2016**

*Deutschlands schnellster Zehner – durch den Zoo Berlin  
10 km, 2x5 km-Staffel, Kinderlauf*