

# MARATHON JAHRBUCH



# 2017

**MARATHON  
TRAILRUNNING**

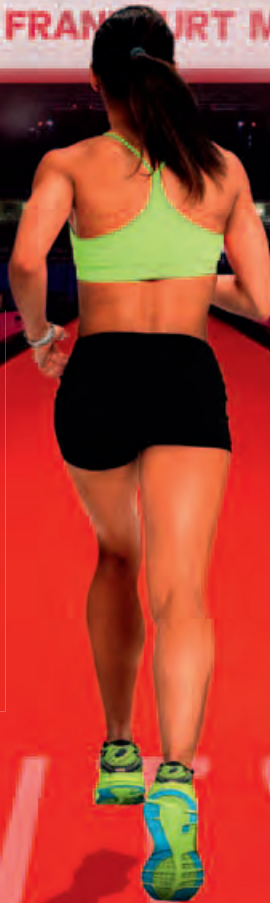
# DON'T RUN, FLY

DESTINATION FRANKFURT  
FESTHALLE OCTOBER 30

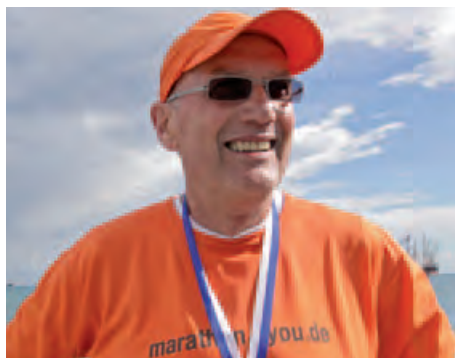


DynaFlyte™ mit  
FlyteFoam™

MAINOVA FRANKFURT MARATHON



WANT IT MORE 



## Geben und nehmen

**E**gal, wo man unterwegs ist, Läuferinnen und Läufern begegnet man überall: in der Stadt, im Wald, im Park, in den Bergen und am Strand. Aber als Marathon- oder gar Ultraläufer ist man vielen noch immer suspekt. 42 und noch mehr Kilometer zu laufen, ist für sie unvorstellbar. Und die, die das tun, müssen verrückt sein. Was in einem anderen Zusammenhang vielleicht beleidigend ist, ist für einen Läufer eher ein Kompliment.

Wie verrückt sind dann aber erst diejenigen, die fast jede Woche irgendwo an einer Startlinie stehen und sich auf einen stundenlangen Lauf einlassen? Und was ist von denen zu halten, die unterwegs nicht dauernd auf die Uhr schauen, sondern auch mal stehen bleiben, um Fotos zu machen, mit anderen quatschen, Informationen sammeln und diese in Berichte fassen, wenn andere Teilnehmer ihre Wunden lecken?

Richtig vermutet, ich spiele auf die Läuferinnen und Läufer an, deren Berichte ihr regelmäßig auf [Marathon4you.de](http://Marathon4you.de) und auf [Trailrunning.de](http://Trailrunning.de) findet. Keiner von ihnen gewinnt ein Rennen, keiner ist gelernter Fotograf oder Journalist. Aber ihre Beiträge sind authentisch. Und die Freude und die Begeisterung, mit der sie laufen und berichten, sind bei keinem Profi größer.

„Von Läufern für Läufer“, viel zitiert und deshalb etwas abgegriffen, ist auf [Marathon4you](http://Marathon4you) und [Trailrunning.de](http://Trailrunning.de) gelebtes Programm. Ich bin die Marathons gelaufen, weil ich auf sie neugierig war und weil ich mich freute, davon zu berichten. Dabei machte es keinen Unterschied, ob ich in London oder Berlin, im Hunsrück oder im Hasetal war. Ich weiß, dass man das in unserem Team ganz genauso sieht. Anders ist es nicht zu erklären, dass die allermeisten heute viel öfters in Sachen Marathon unterwegs sind als vor ihrer Zeit als laufende(r) M4Y-Reporter(in).

Und, was mich am meisten freut, viele unserer Leserinnen und Leser werden von den Berichten und Bildern auf [Marathon4you](http://Marathon4you) und [Trailrunning.de](http://Trailrunning.de) inspiriert, laufen ihren ersten Marathon oder entdecken neue Events. Wenn wir, das [Marathon4you/Trailrunning.de](http://Marathon4you/Trailrunning.de)-Team, etwas von dem zurückgeben können, was uns das Laufen gibt, ist unser Wunsch erfüllt.

Und dass ich es nicht vergesse: Wir sind keine geschlossene Gesellschaft. Wer mitmachen will, ist herzlich willkommen und kann jederzeit Kontakt zu uns aufnehmen.

Ein gutes Laufjahr wünscht  
euer Klaus

# 02.04.

## Deutsche Post Marathon Bonn



Jetzt online anmelden:  
[www.deutschepost-marathonbonn.de](http://www.deutschepost-marathonbonn.de)

**FREUDE.  
JOY.  
JOIE.  
BONN.**

Deutsche Post



Foto: © Michael Weirberger

Locker geht es beim Ultramarathon in Rodgau zu. Viele sehen den Lauf als ideales Training in guter Gesellschaft

### Neues & Aktuelles

- 6 Schon mehr als 5000 Bewertungen und Kommentare: [www.marathoncheck.de](http://www.marathoncheck.de)
- 7 Das Unikat: GutsMuths Rennsteiglauf

### Januar/Februar 2017

- 8 28. Januar, Ultramarathon Rodgau – You'll never run alone
- 10 5. Februar, Johannesbad Thermen-Marathon Bad Füssing – Wellness, Fitness, Running

Hannover Marathon – gleich nach dem Start kommt man zur Waterloo-Säule



### April 2017

- 12 2. April, Bonn Marathon – Mit Speck fängt man Läufer
- 14 8. April, Kyffhäuser Berglauf – Rock me, Kyffhäuser
- 18 9. April, HAJ Hannover Marathon – Marathonfest in Hannover
- 22 9. April, Leipzig Marathon – Es lebe die Tradition
- 26 9. April, Oberbank Linz Donau Marathon – Linz feiert seinen Marathon
- 30 23. April, Haspa Marathon Hamburg – The Spirit of Hamburg

### Mai 2017

- 34 7. Mai, Bilstein-Marathon – Wirklich prima, der Bima
- 38 7. Mai, Salzburg Marathon – Lauffestspiele in der Mozartstadt

Das Kyffhäuser Denkmal aus dem 19. Jahrhundert – Höhepunkt beim gleichnamigen Bergmarathon



Jede Menge Schlösser und Kirchen an der Strecke machen den Marathon in Salzburg zu einem ganz besonderen Erlebnis



- 42 21. Mai, Vivawest Marathon – Hier läuft das Revier
- 44 21. Mai, iWelt Würzburg-Marathon – Rainy Day
- 46 28. Mai, Regensburg Marathon – Lauf ins Mittelalter
  
- Juni 2017**
- 50 10. Juni, Skatstadtmarathon Altenburg – Grand mit Vier
- 54 10. Juni, LGT Marathon Liechtenstein – Hoch hinaus im kleinen Land
- 58 11. Juni, Eifel-Marathon – Typisch Eifel
- 60 24. Juni, Remmers Hasetal-Marathon – Und wann kommst du nach Löningen?
- 64 25. Juni, Metropolmarathon Fürth – Führt di

- Juli 2017**
- 68 1. Juli, SAXOPRINT SachsenTrail – Saxndi, ein harter Brocken
- 72 1. Juli, Gornergrat Zermatt Marathon – Am schönsten Berg der Welt
- 76 1. Juli, Brixen Dolomiten Marathon – Im Land der bleichen Berge
- 80 16. Juli, LUX Mauritius Marathon – Ein neuer Name auf der Liste

- August 2017**
- 84 5./6. August, Gondo Marathon – Gondomania
- 86 13. August, Allgäu Panorama Marathon – Wie der Name schon sagt . . .
- 88 13. August, Monschau Marathon – Das Monschauer Land – immer ein Erlebnis

- September 2017**
- 90 16. September, SAXOPRINT Pfalz Trail – Teuflich gut

- Oktober 2017**
- 92 1. Oktober, RheinEnergie Marathon Köln – Zo Foß durch Kölle
- 94 8. Oktober, Schwarzwald-Marathon – Meditativ
- 96 15. Oktober, Salzkammergut Marathon (Wolfgangseelauf) – Im Salzkammergut, da kann man gut . . .
- 98 29. Oktober, Mainova Frankfurt Marathon – Schnell mal durch Frankfurt
- 102 29. Oktober, SwissCityMarathon Lucerne – Schweizer Sahnestück

- Und sonst**
- 43 Marathon Supercup – Der Renner für Renner
- 106 Termine – Marathon-Tipps 2017
- 114 Impressum

**Titelseite:**  
**Rennsteiglauf ,**  
**Termin**  
**20. Mai 2017**



Mitten durch das Bankenviertel läuft man beim Frankfurt Marathon

## Piktogramme in marathon4you

- M** Marathon
- M** Halbmarathon
- 10** 10-km-Lauf
- ↔** Unterschiedliche Streckenlängen
- ☞** Marathonstaffel
- ⛪** Citymarathon
- 🌲** Landschaftslauf
- ⚡** Anspruchsvoller Landschaftslauf
- ⚡** Bergmarathon
- U** Ultralauf
- 🏃** Laufen
- 🚶** Walking
- 🚶** Nordic Walking
- 🛹** Skaten
- 🚲** Handbike/Rolli
- 🕒** Stundenlauf
- ↔** Abweichende Distanz

Früh am Morgen auf der Ultrastrecke beim Monschau Marathon



# Schon über 5000 Bewertungen und Kommentare

*Kaum jemand bucht heute noch ein Hotel oder kauft sich eine Kaffeemaschine, ohne sich vorher informiert zu haben, welche Erfahrungen andere Gäste und andere Nutzer gemacht haben. Da wird war es doch höchste Zeit, dass man solche Informationen jetzt auch über Laufveranstaltungen bekommt. Ein Marathon ist mit viel Aufwand verbunden. Nicht nur in der Vorbereitung, auch finanziell. Da möchte man schon gerne vorher wissen, wofür man sein Geld ausgibt*

**W**ie hat die Strecke gefallen? Wie war die Organisation? Wie waren die Zuschauer, wie die Atmosphäre und wie die Verpflegung? Wie gefallen die Medaille und das Finisher-Shirt? Wie es war bei einem Marathon, weiß man als Teilnehmer am allerbesten. Man war dabei. Und wenn

man wissen will, welche Erfahrungen andere bei einem Marathon gemacht haben, sind Teilnehmerinnen und Teilnehmer die verlässlichsten Informanten.

Auf MARATHONCHECK.DE kann man ganz einfach Marathons bewerten und kommentieren und sich informieren, wie andere eine Veranstaltung beurteilen.

Wie der Name schon sagt, es geht um Marathon, aber nicht nur. Denn „lupenrein“ sind ja heutzutage die allerwenigsten Marathons, bei den meisten gehört zumindest ein „Halber“ mit dazu. Da versteht es sich von selbst, dass auch Teilnehmer an diesem Wettbewerb bewerten und kommentieren können.

Die Bewertungskriterien sind nicht zufällig ausgewählt. Bei einer Umfrage auf MARATHON4YOU.DE haben fast 2.000 Läuferinnen abgestimmt und die für sie wichtigsten Punkte genannt. Gemäß dem Abstimmungsergebnis werden die wichtigsten Kriterien bewertet und die einzelnen Bewertungen für das Gesamtergebnis gewichtet. Die Gewichtung unterscheidet sich bei City- und Berg- und Landschaftsmarathons. Äpfel und Birnen soll man ja auch nicht miteinander vergleichen.

Weitere Informationen unter [www.Marathoncheck.de](http://www.Marathoncheck.de)



Auf Antrieb ein Erfolg: Das Bewertungsportal Marathoncheck.de



13.  
august  
2017

Visit Us on Facebook

GROUP allgäu panorama marathon

das allgäu laufend erleben



Zählt zu den beliebtesten Landschaftsläufen Europas: Der Rennsteiglauf im Thüringer Wald

**Der Rennsteiglauf ist kein perfekt durchgestyltes Lifestyle- und Laufevent. Er will es auch nicht sein.** Der Rennsteiglauf im Thüringer Wald ist ursprünglich, rustikal, ungemütlich, hat Macken, ist sperrig, authentisch, herzlich. **Der Lauf ist wie die Region mit ihren Menschen: einmalig.**

## Das Unikat

Irgendwann muss es der Rennsteiglauf sein. Egal ob Marathon, Halb- oder Supermarathon, wer einmal dabei war, kommt wieder. Man stelle sich vor: Es sind über 1.000 (!) Läuferinnen und Läufer registriert, die mehr als 25-mal (!) teilgenommen haben. Und der Rekordteilnehmer (42-mal) ist noch immer aktiv dabei. Da wundert es nicht, dass der Rennsteiglauf von den Marathon4you-Usern schon mehrfach zum „Marathon des Jahres“ gewählt wurde und jetzt die Titelseite ziert.



### VIEL MEHR ALS NUR MARATHON

**Fr. 25.08.** **Laufen:** DFH City-Run  
Staffellauf in Simmern

**Sa. 26.08.** **Laufen:** Bambini  
Youngster-Läufe

**So. 27.08.** **Skaten:** Marathon  
Halbmarathon

**Laufen:** Marathon, -Staffel,  
Halbmarathon, Schülerstaffel,  
Wildwuchs-Fun-Lauf 6,3 km

**Walken/Nordicwalken:**  
Halbmarathon, Fun 6,3km

info@hunsrueck-marathon.de · Fon +49 6762 5693





” Wer als Ultraläufer unterwegs ist, kommt nach Dudenhofen. Wer nicht da ist, wird vermisst. Wer zweimal fehlt, ist „out“. Der Ultramarathon mitten im Winter in der hessischen Provinz ist Kult. Aber nicht alle Teilnehmer haben die Absicht, 10 Runden (= 50 km) zu laufen. Viele sehen den Lauf als ideales Training in guter Gesellschaft und steigen lächelnd nach 6, 7 oder 8 Runden aus.

Klaus Duwe “



# You'll never run





„ Mehr Ultra-Promis als in Rodgau trifft man höchstens in Biel. Nur sind die dort schnell auf Nimmerwiedersehen in der Nacht verschwunden, während man sie in Rodgau praktisch nicht aus den Augen verliert. Ein Gruß ist immer drin oder ein Zuruf als Aufmunterung. Wer es nicht ganz so eilig hat, geht auch mal für ein kurzes Gespräch vom Gas. So wird Runde um Runde abgespult, von wegen „Rodgau monoton“.

Klaus Duwe



„ Ich bin überrascht, wie viele Zuschauer sich heute hier eingefunden haben. Es wird begeistert geklatscht und angefeuert. Das Rennen beginnt im hinteren Teil des Feldes wie immer langsam. Erst allmählich kommen wir in Schwung. Überholen ist bei der Masse an Menschen sowieso zwecklos. Bald folgt die erste scharfe Rechtskurve und es geht am Waldrand entlang. Weiter vorne in der Ferne kann man die Spitzengruppe bereits um die nächste Kurve flitzen sehen.

Birgit Fender



„ Schon von Weitem schallen uns Oldies der 60er- und 70er-Jahre entgegen. Strategisch günstig postiert ist der Music Spot bei km 2,5, wo der Kurs nach links auf eine 250 Meter lange Pendelstrecke abzweigt, bei der man Gelegenheit hat, genauer zu sehen, wer gerade vor oder hinter einem läuft, und zudem länger als nur für einen Moment in den Musikgenuss kommt.

Klaus Sobirey

„ Vorletzte Runde: Am Marathonpunkt, der gekennzeichnet ist, ist eine Gehpause fällig, die ich gleich für einen Schnapsschuss nutze. Dann trabe ich wieder an. Im großen Feld wird mittlerweile nicht mehr geratscht, jeder ist mit sich beschäftigt und am Kämpfen. Die ersten werden sich schon im Zielbereich laben.

Anton Lautner

„ Eine interessante Erfahrung ist: Ich langweile mich in keiner Weise. Auch ohne immer neue Reize von außen, auch ohne großes Publikum ist das Langstreckenläuferlebnis hier sehr intensiv. Das gleichmäßig über die gesamte Strecke verteilte Läuferfeld mischt sich durch das stetige Überholen und Überholtwerden immer wieder neu. Fast jeden Läufer sieht man auf diese Weise zumindest einmal, manche auch mehrfach – you'll never walk alone.

Klaus Sobirey

# alone

# Wellness, Fitness, Running

“ Falls es sich noch nicht herumgesprochen hat: Man hält seine Füße in Bad Füssing nicht in irgendeinen Thermaltümpel, sondern verbringt einen Tag in Deutschlands größter Thermen-Landschaft mit 13 Becken, Thermal-Wellenbad, Vulkanbad, Strömungskanal, unzähligen Massageplätzen und einem XXL-Whirlpool. Mit der Startnummer hat man Samstag und Sonntag freien Eintritt.

Klaus Duwe



“ Durch ein Wäldchen hindurch erreichen wir schon nach dem ersten Kilometer den Ortsteil Würding. Hier erwartet uns die einzige „alpinistische“ Herausforderung: ein lang gezogener Brückenanstieg. Auf einem breiten, baumgesäumten Radweg parallel zu einer wenig befahrenen Landstraße geht es nun in einem kilometerweiten Bogen um Bad Füssing herum. Links ist Acker, rechts ist Acker und wir flitzen mitten hindurch.

Klaus Sobirey



„ Ich bin noch nicht warmgelaufen, da führt uns die bekannte Strecke an der Pfarrkirche St. Andreas vorbei. Einige Zuschauer stehen links und rechts, schauen und klat-schen. Zwei mir bekannte Fotografen nehmen das Feld vor die Linse und gehen nachher zum Frühschoppen zum Mühlbach-Wirt nebenan, vermute ich zumindest.

Anton Lautner



„ Am auffälligen Kleinhaus aus dem Jahr 1814 prangt noch ein Schild „Übernachtung mit Frühstück Rm 1,50“. Da weiß ich ja schon, wo ich nächstes Mal nächtige. Muss nur noch den 1000-Reichsmark-Schein finden, den mein Vater „geerbt“ hatte, nachdem der Opa vor der Währungsreform ein Grundstück verkaufte, um sich etwas zum Essen leisten zu können.

Andreas Bettingen



„ Aber jetzt nix wie rein in die Therme. Vor dem Badevergnügen gehe ich noch zur Massage. Ich war heute so langsam unterwegs und deshalb spät dran, sodass das gesamte Massage-Team für mich bereitsteht. Im 39° C Hyperthermal-Bad können sich meine Muskeln nochmals entspannen. Bad Füssing ist einfach einmalig, Laufen und Wellness wo gibt's das sonst in der Form? Ich komm wieder, keine Frage.

Bernie Manhard



Marathon4you-Autor Anton Lautner bei der Arbeit

# Mit Speck

Das Münster,  
Wahrzeichen von  
Bonn, erreicht  
man auf den letzten  
Kilometern



# fängt man Läufer

„ Joe: „Mit Bananenstückchen und Nudeln kann mich kein Veranstalter mehr locken. Bonn ist da ein sicheres Pflaster, die Zielverpflegung war schon immer extrem gut. Jetzt wird mit der Anmeldebestätigung gleich eine Speisekarte mitgeschickt. Da habe ich nicht nur gegrinst, ich habe mich richtig gefreut, denn es gibt Grilltes: Marathonwurst und Marathonfrikadelle. Kaviar gibt's auch: Flönz, wie die Blutwurst mit den weißen Fettwürfeln genannt wird. Und mein Lieblingsgetränk. Es gibt nur ein Problem: Ich muss erst laufen – und zwar schnell, denn es gibt einen neuen Teilnehmerrekord und ich möchte nicht vor leeren Fässern stehen.“

„ Joe: „Der Block der Läufer ab 4 Stunden beginnt im Koblenzer Tor, ein Straßendurchlass (B9) durch das lang gestreckte Gebäude des Schlosses. Links und rechts die alten Wach- und Zollstuben, dort kann man sich am Block vorbeidrücken. Wer Sonnenwärme braucht, der stellt sich südlich des Tores, im 4:30er-Bereich am Stadtgarten auf und schaut hinauf zum Tor und sieht den goldenen Erzengel Michael, der gerade den Drachen tötet.“

„ Karl-Heinz: „Die Beethovenhalle ist mit einem kleinen Abwärtslauf bei km 9 umrundet und damit beginnt der schönste Teil der Bonner Marathonstrecke: Vorerst auf die gerade überlaufene Kennedybrücke zu, auf der hinter mir noch Tausende weiterer Läufer unterwegs sind – ein beeindruckendes Bild. Und die Straße hier am Rhein gehört heute allein den Läufern, die immerhin auch an normalen Tagen in ganz Bonn schöne Rheinuferwege nutzen können: Bonn ist die Stadt mit den längsten „Rheinpromenaden“ – angeblich 29 Kilometer!“

„ Joe: „Den Verpflegungsstand bei km 11 am Rheinufer lasse ich links und rechts liegen, ich werde im Akademischen Turnverein erwartet. Auf diese Studentenverbindung ist seit Jahren Verlass. Ihr Wahlspruch „Mens sana in corpore sano“ heißt, dass man beim Marathon viel trinken soll.“

„ „Das Wasserwerk hatte einst die Stadt Bonn und die Bäder entlang des Ufers mit Rheinfilterwasser versorgt. Ab 1958 wurde Bonn aus der Eifel mit Wasser versorgt und das Wasserwerk stillgelegt. Ab 1986 tagte hier der Bundestag. Am Rheinufer weist ein großer roter Anker auf das Gebäude. Er hat den wundervollen deutschen Namen „L'Allumé“ und wurde von Mark di Suvero errichtet. Berliner und Stuttgarter werden seine Großplastiken kennen.“

„ Karl-Heinz: „Jetzt auf der Vorderseite des Schürmann-Baus geht es bequem bis kurz vor den UN-Campus und den Baubereich des World Conference Center Bonn, das demnächst hoffentlich fertiggestellt wird. Dann geht es links in die Heussallee und gleich darauf rechts in die Carl-Carstens-Straße. Die Namen der beiden früheren Bundespräsidenten zeigen an: Wir sind im Bundesviertel, mittendrin sozusagen in der ehemaligen Bundeshauptstadt. Die Zweitdienstsitze von Bundeskanzler und Bundespräsident werden auf der breiten Adenauerallee passiert, die auf der anderen Straßenseite das Museum Koenig flankiert – Geburtsort der Bonner Republik.“

„ Wolfgang: „Vorbei am Münster durch die zentrale Innenstadt führen die letzten paar hundert Meter vor vielen Fans auf den Zielbogen vor dem historischen Rathaus zu. Postgelber Teppich, Brust raus – auch wenn's nur ein Halber ist. In Siegerpose überqueren wir den Zielstrich.“



Der Startbereich vor dem Koblenzer Tor



Die Läuferinnen und Läufer auf der Rheinpromenade



Nach der Wende geht es auf den Post Tower zu

# Rock me, Kyffhäuser

Von Dirk Liedtke

*Yeah, endlich April, endlich Frühling, endlich Kyffhäuser Berglauf. In der Morgenstunde ist es noch erfrischend kühl, aber die Sonne erhebt sich in hell gleißendem Licht und verspricht uns mit milder Wärme zu verwöhnen. Pünktlich um halb neun werden knapp 300 Marathonis auf die Berglaufstrecke geschickt.*

„Das mächtige  
Kyffhäuserdenkmal  
ist eindeutig der  
Höhepunkt des Tages“





Marathon4you-  
Autor Dirk Liedtke



**Z**um Vorspiel erklingt klassische Musik. Sanft ebene Klänge erinnern an Vivaldis „Der Frühling“. Die Klänge entlang der sich fein schwingenden Hänge des kleinsten Mittelgebirges Deutschlands versetzen uns in vorfreudige Stimmung. Wir durchlaufen einen hügeligen Obstbaumweg, passieren die Barbarossahöhle, in der der alte Kaiser immer noch schläft, und langen in dem Ort, der sich in dem ebenen Steintal zu Füßen des Kyffhäusers bettet, an. Am ersten Verpflegungspunkt nach 10 Kilometern erfrischen wir uns leidlich, denn wir wissen, jetzt gleich geht es los, yeah.

Noch ist es die Straße, die die Musik ansteigen lässt. Es wird gleich ordentlich hart. „Ace of spades“ von Motörhead, in memoriam Lemmy ... Damit laufen wir ein in den Bergwald und auf geschotterten Forstwegen weiter, immer weiter hinauf. Auf dem Kulpenberg sind wir nach 17 Kilometern auf satten 450 Metern in der Höhe angelangt. Bei der Verpflegung am Fernsehturm langen wir zum dritten Mal zu.

### Echte Liebe

Auf einem zackigen, wurzelumsäumten Trail am steil abfallenden Hang spielt Led Zeppelin mit „Whole lotta love“ auf. Recht so, diesen prächtigen, leicht abschüssigen Abschnitt durchlaufen wir mit echter und grandioser Liebe. Wir blicken durch den lichten Wald bis zum

Ort Sittendorf und dann auch schon zum Kyffhäuser-Denkmal hin.

Die Hälfte des Marathons ist geschafft, als der harte Anstieg zum Denkmal beginnt. Dazu spielt Deep Purple mit „Hard lovin man“ die Musik. Ein hart liebender Mann rockt den Kyffhäuser hoch. Die E-Gitarre kreischt, die Stimme schreit, yeah! Beim Denkmal am Wendepunkt den Stempel abholen und ordentlich verpflegen: Banane, Apfel, Schleim, Tee, Cola, Bier.

Gut zwei Kilometer geht es steil bergab. Wer es ordentlich krachen lässt, kann auf dem Trail auch schnell auf den Teufel kommen. „Sympathy for the devil“ spie-

len The Rolling Stones. Dann steigt es auf teils vom Regen aufgeweichtem Weg auch schon wieder knackig an. Es hilft nichts, bis zum Dreiforststein sind wir mit heftig schlagender Pumpe und allmählich brennenden Oberschenkeln dem Teufel nahe.

### Noch 14 Kilometer

Jetzt das Schild: noch 14 km. Auf befestigtem Forstweg laufen wir vier Kilometer in leichten Wellen voran. Dann, nach dem sechsten Verpflegungspunkt, beginnt der gefährliche Abstieg. Vier Kilometer lang stürzen wir auf brüchig karstiger Steinpiste unter der gleißenden Sonne und an frisch erblühenden Streuobstwiesen vorbei den „Highway to hell“ von AC/DC bis in das



→ Dorf, in dem die Leute wohnen, die unten leben, hinab. Hier werden wir von den Anwohnern frenetisch begrüßt und reichhaltig bewirtet.

Dann wird es gleich wieder rockig. Ein kürzerer, aber sehr steiler und sich dann mäßig, aber drei Kilometer lang erstreckender Anstieg bringt uns unter der kräftigen Frühlingssonne ordentlich zum Schwitzen. Wir sind froh, etwas beschattet durch den Wald bis zum Jägers Kreuz

zu laufen. Am schon von außen imposanten Panoramagemälde über den Bauernaufstand gibt es eine letzte Erfrischung, bevor es die letzten drei Kilometer bergab zum Finale geht. „Rock me“ von Great White. Yeah, rock me, Kyffhäuser. Richtig steil geht es den Schlachtberg hinunter nach Bad Frankenhausen, an der schiefen Oberkirche vorbei, durch den Stadtpark bis zur Soletherme und dem Schlossplatz. Yeah, die Arme hoch. Mann, haben wir dich gerockt, Kyffhäuser.

Wir schlemmen ordentlich vom abwechslungsreichen Angebot. Eine Thüringer Bratwurst mindestens ist Pflicht. Und abends geht es ins Festzelt mit Livemusik. Hier dieses Jahr nicht die härtesten Klänge. Der Kyffhäuser ist für uns Läufer kein lauter und schwerer Heavy Metal, aber er ist zünftige und feine Rockmusik, die einfach Spaß macht, yeah!





# Letzter Sonntag im Oktober



STADT  
REMSCHIED

# Röntgen-Lauf-Tag

in Remscheid-Lennep  
mit Dt. Ärztemarathonmeisterschaften

Distanzen:

- 5 km Jedermannlauf
- 10 km Jedermannlauf
- 21,1 km Landschaftslauf
- 42,2 km Landschaftslauf
- 63,3 km Landschaftslauf
- Ultramarathonstaffel (3x21,1 km)
- 21,2 km Walking/Nordic Walking

Die Strecken werden auf dem Röntgenweg gelaufen der ein sehr abwechslungsreicher Rundweg um Remscheid ist. Auf seinen 63,3 km bietet er dem Läufer reizvolle Ausblicke auf das Bergische Land. Er führt durch malerische Täler, vorbei an Wasserhämmern, die als Zeitzeugen von einer im 19. Jahrhundert einsetzenden Industrialisierung kündigen. Vorbei an alten Bergischen Fachwerkhäusern führt der Weg unter der längsten Eisenbahnbrücke Deutschlands über das mittelalterliche Schloß Burg zur ältesten Trinkwassertalsperre Deutschlands.

Start ab 8.30 Uhr

Infos und Anmeldung unter: [www.roentgenlauf.de](http://www.roentgenlauf.de)  
oder Tel.: bei Peter Ickert 02191/162217



21,1 km

42,2 km

63,3 km

Mit freundlicher Unterstützung von



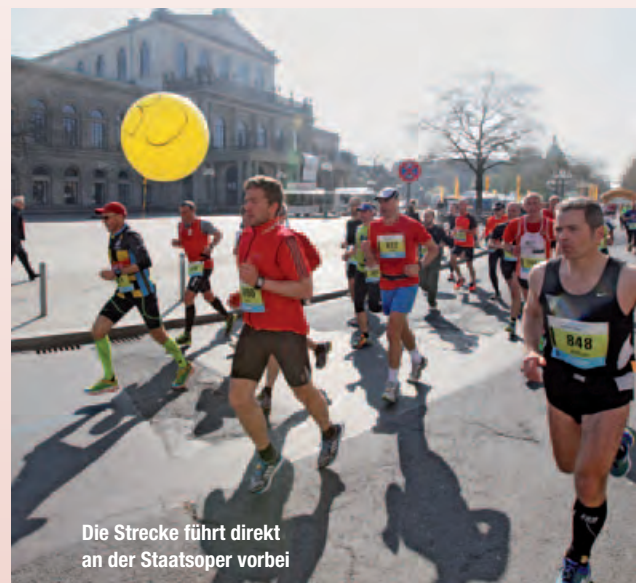
# Marathonfest

„ Dann geht es los. Der Lärm ist ohrenbetäubend. Zuerst sind es tausende begeisterte Zuschauer mit ihrem Jubel, dann die Trommler, die ihre Ölfässer dermaßen intensiv bearbeiten, dass man fast schon froh ist, dem Inferno entkommen zu sein. Ein Inferno erlebte Napoleon, als er von den Briten, Hannoveranern und Preußen besiegt wurde. Die Säule mitten auf dem Waterlooplatz erinnert daran.

Klaus Duwe

„ Ein Wahnsinn, diese endlose Gerade durch die Südstadt Richtung Zentrum, vorbei an Döhrener Turm und Gilde-Brauerei. Die Begeisterung der Zuschauermenge entlang der Hildesheimer puscht zusätzlich, ich kann mein Tempo im 6er Schnitt halten. Ein Erfrischungspunkt taucht auf, ich lösche meinen Durst. Währenddessen blicke ich nach oben und begrüße die Sonnenstrahlen, es wird zunehmend wärmer.

Mario Bartkowski



Die Strecke führt direkt an der Staatsoper vorbei



Der Waterlooplatz wird schon gleich nach dem Start erreicht

# in Hannover



10.000 Läufer aus  
100 Nationen beim Start  
zum Nacht-Marathon  
in Luxemburg

Beliebter Treffpunkt in  
Hannover: Der „Aegi“ mit  
der berühmten Uhr

” Wenig später sind wir am von den Hannoveranern liebevoll „Aegi“ genannte Aegidienplatz, der heute Treffpunkt der Marathonfans ist. Hier geht echt die Post ab. Dann kommen die Oper und der Kröpcke, der zentrale Platz in Hannover mit der berühmten Uhr.

Klaus Duwe “

” Es geht nun schnurstracks die Herrenhäuser Allee hoch und am Großen Garten vorbei – dem bedeutendsten Barockgarten Europas und historisches Kernstück der Herrenhäuser Gärten. Im Palais befindet sich das Wilhelm-Busch-Museum für Karikatur und Zeichenkunst. Füße und Waden tanzen vor Freude, denn die letzten Kilometer liegen vor mir. Jaulend verabschiedet sich der Schweinehund.

Mario Bartkowski “

” Ich habe meinen Tunnelblick extra für den Zieleinlauf aufgespart. Hier stehen die Zuschauer reihenweise Spalier, ich bin einmal mehr schwer beeindruckt von den Hannoveranern. Ein Akkustik-Tsunami aus Jubelschreien schlägt mir entgegen.

Mario Bartkowski “

Die Kinderläufe sind legendär, Startplätze schon lange vorher ausgebucht. Wo ist Mutti? Die Kleinen wetzen los, wie wilde Rennpferdchen, die Mütter bleiben im Staub zurück. Wer sich anschließend sucht: An der Cola-Flasche ist Treffpunkt der staubigen Eltern. Es ist eine unglaubliche Stimmung vor der grandiosen Kulisse des Neuen Rathauses.

Joe Kelbel



Der Hauptbahnhof

Es ist die gute Stimmung an der Strecke, die uns Läufer motiviert und bei bester Laune hält. Einige Trommlerbands heizen uns immer wieder mächtig ein. Dann dichtgedrängten Zuschauertrauben, die uns vor allem an Straßenkreuzungen frenetisch anfeuern und durch die Kurven jagen. Ja, ich weiß, wir sind hier in der langsameren zweiten Hälfte des Marathonfeldes. Doch trotzdem, auch uns beschwingt die Stimmung. Und sie verleiht nicht nur mir Flügel.

Dirk Liedtke



Die Kinderläufe beim Neuen Rathaus



„Mitten im Grünen passieren die Marathonis das Welfenschloss, heute Sitz der Universität“

In den prachtvollen Villen direkt an den Herrenhäuser Gärten lässt es sich bestimmt gut wohnen. Das dachte sich auch der König von Hannover und ließ nach den Plänen des Architekten Tramm das Welfenschloss errichten. Einziehen konnte er dort allerdings nicht. Kaum war das Schloss nämlich fertig, kam es 1866 zur Entthronung der Welfen durch Preußen und der Prachtbau stand zehn Jahre leer, bis nach einem Umbau die Universität einzog, die noch heute Nutzer ist. Vor dem Schloss steht übrigens das Niedersachsen-Ross. Die Bronzestatue findet man im Niedersächsischen Landeswappen wieder.

Klaus Duwe



Stimmungsvoller  
Zieleinlauf vor dem  
Neuen Rathaus



## 24. Johannesbad Thermen-Marathon

Sonntag, 05. Februar 2017

- mit Marathon, Halbmarathon, 10km-Lauf und Schülerlauf
- Mannschafts- & Einzelwertung bei Marathon & Halbmarathon

Sport-Symposium

Samstag, 04.02.2017, 14 - 16 Uhr

Nudelparty

Samstag, 04.02.2017, 16 - 19 Uhr

# Es lebe die

” Die letzten paar hundert Meter durch den fahnen- und zuschauer gesäumten Zielkanal auf dem Sportforum bieten ein stimmungsvolles Finish nach 42 km. Von Anfang bis zum Ende wird dem Läufer ein wirklich schönes Marathonerlebnis geboten. Die gute Organisation ist das eine, die mittlerweile hohe Attraktivität Leipzigs das andere. Beste Voraussetzungen also, dass die besondere Lauftradition in Leipzig noch lange Bestand hat. Klaus Sobirey “



Das „Doppel-M“, seit fast 100 Jahren eines der Symbole der Messestadt Leipzig

# Tradition

„Tatsächlich hat Leipzig die längste Marathon-Tradition in Deutschland, denn der erste Lauf über die einstmalig 40 km lange Distanz fand bereits 1897 statt und war damit einer der ersten in der Welt überhaupt.“

Klaus Duwe



Das Gewandhaus  
vor dem MDR-Tower



Besonders in den Außenbezirken ist Leipzig eine Stadt mit viel Grün





”

Es ist Sightseeing angesagt. Direkt vor uns erstrahlt eines der beliebtesten Fotomotive Leipzigs im Sonnenlicht. Das Neue Rathaus ähnelt mehr einem Palast als einem Verwaltungsgebäude. Dass der festungsartige, den Komplex im Zentrum 114 m hoch überragende Rathaustrurm irgendwie „anders“ wirkt, ist kein Wunder, ist er doch in wesentlichen Teilen ein Relikt der mittelalterlichen Pleißenburg.

Klaus Sobirey

“

”

Eine wohltuende Abwechslung bieten auch ein Dutzend über die Strecke verteilte Musikgruppen. Von Rock- bis Blasmusik, von Sambagetrommel bis zu Ethnoklängen reicht der musikalische Bogen. Allen gemeinsam: Sie machen gute Stimmung, auch für die Zuschauer an der Strecke. Klaus Sobirey

“





„ Das Gewandhaus – in der heutigen, dritten Edition 1981 fertiggestellt – kann man als hässliche Verirrung des betondominierten Baugeschmacks der 70er-Jahre sehen oder als wegweisendes Monument der Moderne, jedenfalls beherbergt es Leipzigs berühmtestes, traditionsreichstes Orchester.

Klaus Sobirey



„ Weiter und weiter und immer geradeaus geht es auf der Prager Straße. Ein riesiges Doppel-M am Straßenrand zeigt uns: Wir haben das Alte Messegelände erreicht. Es erinnert daran, dass Leipzig einer der ältesten Messeplätze der Welt ist und die Leipziger Messe zu DDR-Zeiten die Vorzeigemesse Ostdeutschlands war.

Klaus Sobirey



„ Hier beginnt der Wilhelm-Külz-Park, dessen größte Attraktion das Völkerschlachtdenkmal ist. Das weithin sichtbare, größte Nationaldenkmal Deutschlands ist 91 Meter hoch, 500 Treppenstufen führen zur Aussichtsplattform. Im Innern gibt es auf der untersten Ebene eine Krypta, die an die Gefallenen der Schlacht 1813 erinnert.

Birgit Fender



**Karwendelmarsch**  
**26. August 2017**  
**Start 06.00 Uhr von Scharnitz**  
**über die Eng bis nach Pertisau**





Der Name täuscht:  
Die Landstraße in der  
Innenstadt ist die  
bekannteste Straße in Linz

# Linz feiert seinen Marathon

Von Andreas Bettingen

*Die Bundeshymne wird gespielt dann geht es los. Beeindruckend: Für den Linz-Marathon wird die A7 komplett gesperrt. Wo sonst wird auf der Autobahn ein Warnschild mit dem Zusatz „Marathon“ angezeigt? Nach zwei Kilometern ist der Spaß vorbei und wir nehmen die Ausfahrt, die eigentlich die Einfahrt Linz-Dornach ist*

**A**b hier ist jetzt zuschauerermäßig viel los. Die erste Musikgruppe und vor uns der 539 Meter hohe Pöstlingberg mit der Basilika zu den Sieben Schmerzen Mariä, dann wartet ein großes Orchester auf uns. Bei km 8,5 verlassen wir über die Nibelungenbrücke die linke Donauseite. Vor uns der Hauptplatz, unser Ziel 34 Kilometern später.

Jetzt geht es erst mal ein Stück geradeaus. Das ORF-Landesstudio Oberösterreich auf der rechten Seite und links die markante Halle des Design-Centers. Vor uns steigen weiße Wolken in den Himmel, ein Zeichen des riesigen Voestalpine-Stahlwerks und was da sonst noch dazugehört.

Km 16: am St.-Barbara-Friedhof vorbei, dann auf die Elisabethstraße Richtung Donau. Am Weg eine Super-Band. Dann das Elisabethinen-Krankenhaus. Viele Ordensschwwestern spenden Beifall. Vergelt's Gott. Nun das Landesmuseum Francisco-Carolinum aus den 1880er Jahren mit einem beeindruckenden Fries.

### Die City bebt

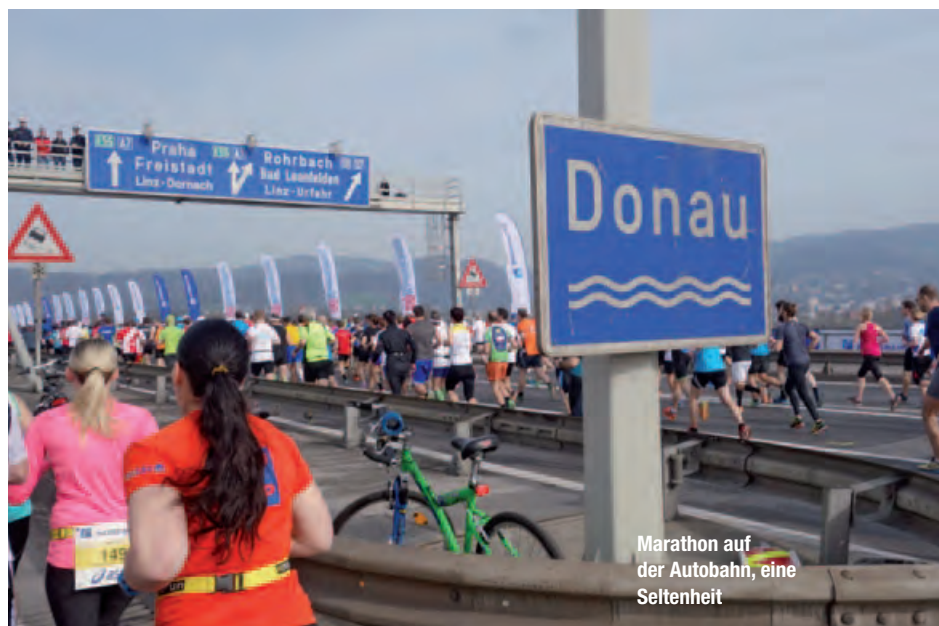
An der Goetheschule vorbei noch ein Schwenk in die Landstraße, die Linzer Einkaufsmeile. Das Kopfsteinpflaster zwischen den Gleisen erfordert einiges an Aufmerksamkeit. Die Halbmarathonis geben Gas, wir sind dabei. Viele Zuschauer und Musik und dann Trennungsstelle und ab nach links. An der Promenade vor dem Landhaus, dem Sitz der Oberösterreichischen Landesregierung, erfolgt ein Staffelwechsel.

An der Konditorei Jindrak vorbei. Ein guter Ort, um die Linzer Torte zu probieren. Das älteste bekannte Tortenrezept aus dem 17. Jahrhundert geht angeblich schon auf die Römer zurück. Wir laufen weiter.

Rechts die größte, wenn auch nicht höchste Kirche Österreichs: der Neue Dom, auch Mariendom oder Mariä-Empfängnis-Dom genannt. →



Das M4Y-Autorenpaar  
Andreas Bettingen und  
Judith Strack und Kollege  
Herbert Orlinger (rechts)



Marathon auf der Autobahn, eine Seltenheit



# Oberbank Linz Donau Marathon

→ Besonders bemerkenswert sind seine schönen neogotischen Glasfenster. Wer der Hektik des Alltags entfliehen möchte, kann sich hier für eine Woche in der Eremitenstube auf 68 Metern Höhe einquartieren.

## Neue Welt

Die Wiener Straße liegt schön in der Sonne. Viele Kneipen gibt es hier und auch eine der Verpflegungsstationen. Wir laufen in Richtung Neue Welt, ein interessanter Name. Bei der Moschee an der Salzburger Straße sehen wir kurz die Läufer, die schon 6,5 Kilometer weiter sind. Flott sind sie unterwegs. Wir genießen einen Frühlingstag mit vielen Blüten im Wasserpark. Es geht nach Kleinmünchen. Für uns lustig, denn wir kommen ja aus „Groß“-München.

Viele Anwohner nutzen die Chance für einen Frischschoppen an der Strecke. „S'gmiadliche Eck“ hat Tische an den Laufweg gerückt. Für uns gibt es eine Verpflegungsstelle. Zurück im Park kom-

men wir an einer extra ausgewiesenen Ruhezone vorbei. Gleich dahinter dröhnt es mit erheblicher Phonzahl aus Lautsprechern. Echt super, mein Lauftempo erhöht sich.

Bei Kilometer 35 noch einmal Staffwechsel und bekannte Laufstrecke bis ins Ziel. Anscheinend haben einige Staffeln ihre jüngsten Läufer für diesen letzten Abschnitt gemeldet. Ein Dreikäsehoch zieht locker davon. Auch jetzt harren noch viele Zuschauer aus. Und nach dreieinhalb Stunden haben auch die Bands nichts von ihrem Elan eingebüßt.

## Letzte Kilometer

Wieder auf der Landstraße, der letzte Kilometer steht bevor. Auf den Freischankflächen der Restaurants wird das Mittagessen eingenommen. Sightseeing ist angesagt: Palais Kaufmännischer Verein, Karmelitenkirche, Ursulinenkirche, Stieglbräu Klosterhof, Jesuitenkirche und



viele Einkaufspassagen warten darauf, nach dem Marathon erkundet zu werden. Wir rennen mit den Staffeln, die nun zu viert ins Ziel unterwegs sind, um die Wette.

Der Linzer Hauptplatz mit der Dreifaltigkeitssäule, einer Pestsäule aus dem 18. Jahrhundert, liegt vor uns. Er zählt zu

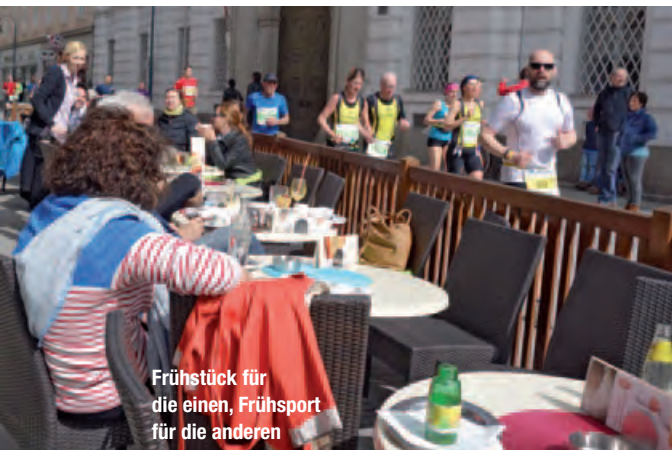


9. April 2017



den schönsten Saalplätzen Österreichs. Heute ist er allerdings etwas verfremdet durch die große Zuschauertribüne gegenüber der nicht minder umfangreichen ORF-Bühne. Das ist ein Zieleinlauf, wie man ihn sich wünscht. Die Ränge sind gut besetzt.

Wir haben es geschafft. Einige Meter sind es zum Platz an der Stadtpfarrkirche. Auf dem Pfarrplatz gibt es nochmals die guten Weckerl, fantastische Nuss- und Mohnschnecken und Getränke in allen Variationen. Ein Liter meines Lieblingsgetränks ist im Nu weg.



Frühstück für die einen, Frühsport für die anderen



Viel bejubelter Zieleinlauf auf dem Linzer Hauptplatz



25/06/2017



# Welterbe-Luther-Marathon

Schönster Trail Mitteldeutschlands zwischen National- und Naturpark



AM SCHLOSSPARK BAD LIEBENSTEIN

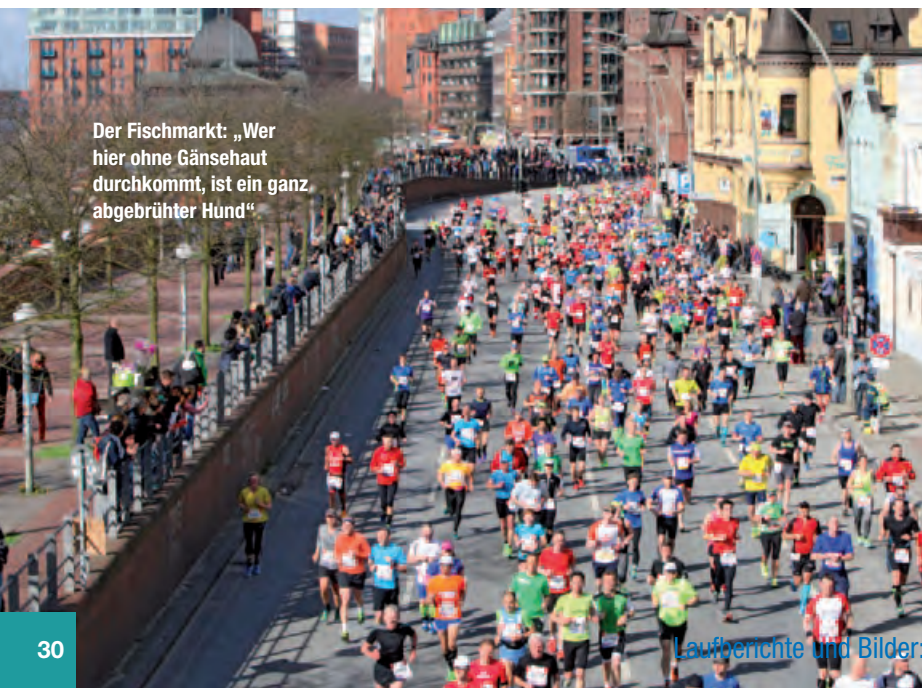


Verrückt?  
Die legendarie Streif  
bergaut!



Vor dem Haupteingang zur  
Messe beginnt die 42km-  
Sightseeing-Tour durch Hamburg  
mit vielen Highlights

## The Spirit of



Der Fischmarkt: „Wer  
hier ohne Gänsehaut  
durchkommt, ist ein ganz  
abgebrühter Hund“

„ Das Vergnügungsviertel präsentiert sich im Sonntagskleid. Die Straße mit den vielen Bars, Striplokalen, Kinos und Spielhöllen ist so belebt wie in besten Geschäftszeiten. St. Pauli ist nicht jugendfrei, die Polizei besteht darauf, dass die Ordnungskräfte mindestens 18 Jahre alt sind. “

Klaus Duwe “

„ Gleich stehen die Menschen noch dichter, wie soll das bloß am Fischmarkt werden? Als wir das abschüssige Stück hinunter zur Elbe laufen, ist es so, wie wenn man in ein voll besetztes Stadion läuft. Rechts und links der Straße stehen die Menschen dicht gedrängt, auf Brücken und Wegen ist kein Platz mehr frei. „Wer hier ohne Gänsehaut durchkommt, ist ein ganz abgebrühter Hund“, stellt ein Hamburger fest, der seine Stadt so auch noch nicht erlebt hat. Die Stimmung ist unbeschreiblich. Einerseits wachsen einem Flügel, andererseits möchte man verweilen und genießen. “

Klaus Duwe “

” Entlang der Glacischaussee nimmt das ununterbrochene Dauerfeuer der jubelnden Menge am Streckenrand kein Ende. Die vielen Eindrücke prasseln auf mich ein und verursachen trotz der morgendlichen Frische eine Gänsehaut am ganzen Körper. Einen Marathon dieser Größenordnung hatte ich bislang nicht erlebt.

Mario Bartkowski



” Der Jungfernstieg war die Flaniermeile der bürgerlichen Familien, die hier ihre unverheirateten Töchter ausführten. Vom obersten Stockwerk des Alsterhauses hat man einen perfekten Blick über die Flaniermeile, aber jetzt tobt hier unten der Bär und wir sind mittendrin. Durch die Dusche vor dem Verpflegungsstand und noch ein Becher über die Birne und weiter geht's.

Joe Kelbel



# Hamburg

” „Im Wallringtunnel geht es unterirdisch am Hauptbahnhof vorbei. Im Tunnel ist es dunkel, alle paar Meter geben rote Lampen etwas Licht. Dazu gibt es ‚Eye of the Tiger‘. Ich genieße die wunderbare Stimmung.

Birgit Fender





„ Die Lombardsbrücke trennt die Außen- von der Binnenalster. Rechts schaut man über den Alstersee mit der Wasserfontäne und der Silhouette aus Türmen und Giebeln. Auf der anderen Seite tummeln sich zahllose Segelboote auf dem Wasser. Es ist ein Traumtag für alle.

Klaus Duwe “

„ In Ohlsdorf ist der nördlichste Punkt der Strecke erreicht, jetzt gibt es keine Gelegenheit mehr für Pausen. Mit Abspergittern wird die Laufstrecke freigehalten, denn hier ist so viel los, dass man glauben könnte, man sei schon im Ziel. Zielfeeling bei km 31, so was gibt es nur in Hamburg. Wer durch diese Gasse gelaufen ist, wird es nicht vergessen. Alles andere schon.

Joe Kelbel “

„ Und dann ist auch schon die Zielgerade in Sichtweite. Und schon beginnt wieder dieses aufgeregte Kribbeln, das unbeschreibliche Marathon-Gefühl. Ich nehme Fahrt auf, erhöhe das Tempo, lasse mich von den Zuschauern auf den Tribünen feiern und rolle über den roten Teppich. Ich fühle mich vollkommen entspannt, während ich dem Läuferstrom zu den Verpflegungsstellen folge. Hamburg, wir sehen uns wieder, verlass dich drauf!

Mario Bartkowski “







# 18. LGT Alpin Marathon

Liechtenstein 2017



**Samstag, 10. Juni 2017**  
**42,195 km · 1870 m HD**

mit Zusatzbewerben  
**11. LGT Halbmarathon PLUS**  
**4. LGT Staffel 25+17**

**Pink Ribbon 10 km und 2 km –  
Charity-Lauf (ohne Zeitmessung)**

Hauptsponsor



Sponsoren



**Ospelt**  
food · pet food



Co-Sponsor



ARCHITEKTURPITBAU

# Wirklich prima

” Der Weg hoch zum Rodeberg trennt die Läufer, die zu warm angezogen sind, vom erfahrenen Marathon4you-Reporter. Die Runde um den Rodeberg in Richtung Witzenhausen ist gar nicht witzig, in der Ausschreibung steht groß und breit: Flach ist anders. Dann folgt im Buchholz ein knackiger steiler Trail, der zahlreiche harte Treppen aufweist, aber herrlich durch die Karstfelsen führt, überall tiefe Karstlöcher und oben die herrlichen Trockenwiesen.

Joe Kelbel



” Während Fichtenzapfen unter meinen Schuhen knirschen und ich schiefe, kleine Treppen rauf und runter laufe, Basaltfelswand und Steinbergsee bewundere, füllen sich meine Lungen mit dem Duft, den die Nadelbäume ausströmen – Natur pur!

Mario Bartkowski



” Jetzt beginnt ein wunderbares Trailrevier. Ich laufe über den Trockenhang von Roßbach mit seinen Wacholderbüschen. Oh sonnendurchflutete Schönheit! Da lacht das Trailerherz. Ich habe die Entwicklung des Bilstein-Ultras von Anfang an verfolgen dürfen. Inzwischen ziehen die Laufkameraden in der Organisation alle Register. Die Gegend hier ist ein Hit!

Joe Kelbel



# der BiMa



Zünftige Musik  
auf dem Bilstein



# Bilstein-Marathon

„ Während weiter unten Obstwiesen und dann Laubwald die Landschaft dominieren, umgibt mich nun Nadelwald. Kurz nach einer Verpflegungsstelle zweigt ein wunderschöner Single Trail nach rechts ab. Gleich darauf sehe ich rot. Direkt neben dem Trail sieht das Wasser in einem Teich so beängstigend rot aus, als wäre ein Läufer blutend hineingestürzt oder ein Chemiekonzern hätte hier Abfälle entsorgt. Entwarnung: Die Farbe der Roten Nieste-Quelle kommt von stark oxidierten Eisensulfiten, die vom Wasser aus der hier im Untergrund liegenden Braunkohle ausgeschwemmt wird.

Günter Kromer



„ Es beginnt der Aufstieg zum Bilstein, er dauert eine Ewigkeit. Wenn mich jemand überholt, freue ich mich, dass ich nicht alleine unterwegs bin. Gleichzeitig ärgere ich mich aber, dass ich nun Federn lassen muss. Oben spielt der Musikzug Kleinalmerode. Das Hallo ist riesengroß, wir kennen uns nun seit Jahren.

Joe Kelbel

„ Es geht ein sehr gelungenes Trailfestival zu Ende mit grenzenlos guter Organisation. Einzig die Kirschblüte hatte gefehlt. Die gibt es am 07. Mai 2017. Veranschlagt wird der BiMa dann mit 57 km und 1.500 hm. War das heute also die Grenze? Bestimmt nicht. So wie ich die sechs Jungs von der Orga kenne, gib'ts wieder ein Häppchen mehr.

Joe Kelbel



SWISSSNOW  
walk & run  
Arosa  
www.snowwalkrun.ch

Hauptsponsoren



«WEISSHORN

SNOW TRAIL»

GO FOR IT

918 HÖHENMETER | 16.8 KM



7. JANUAR 2017





Beim Bilstein  
Marathon ist  
der ganze Ort  
auf den Beinen



# 1. Juli 2017

Marathon ■ Trail ■ Panoramatrail



„Bei km 10 kommen wir zum Leopoldskroner Weiher. Das Schloss Leopoldskron ist Treffpunkt internationaler Führungskräfte aus Politik, Kultur, Wirtschaft und Wissenschaft“

# Lauffestspiele in



„ Es wird in Blöcken gestartet, wir sind die Letzten. Der Platzsprecher merkt an, dass wir Gas geben sollen, denn es werde bald regnen. Ich habe mich vor dem 4:59:59-Tempomacher hingestellt, der eine kleine Gruppe um sich versammelt hat. Ziel ist es, immer davor zu bleiben. Es geht hinein in die Hellbrunnerstraße.

Anton Reiter





Über die Staatsbrücke  
in Richtung Altstadt,  
links oben die Festung

# der Mozartstadt

„ Den Anfang der einmaligen Schössertour macht die Kayserburg, kein mächtiges Wehrgebäude, sondern ein 1625 von Hans Kayser erbautes Herrenhaus. Der hochfürstliche Hauptmann muss sich große Verdienste erworben haben, sonst hätte ihm der Erzbischof dazu nicht die Erlaubnis gegeben. Ungefähr um die gleiche Zeit wurden die Schlösser Fronburg, Emsburg und Emslieb, allesamt typische Salzburger Landschlösser, erbaut. Dann das Highlight, das 1613 vom Fürsterzbischof Markus Sittikus erbaute Schloss Hellbrunn. Standesgemäß auf rotem Teppich laufen wir auf das Portal des Schlosses zu, das Sommerresidenz und Lustschloss der früheren Salzburger Erzbischöfe war. Wegen der Wasserspiele ist es bis heute weltberühmt. Klaus Duwe



„ Den schönsten Blick auf das Rokoko-Juwel Schloss Leopoldskron bekommt man erst am Ende der kompletten Seeumrundung geboten. Viele Besitzer hat es schon gehabt, der berühmteste war König Ludwig I. von Bayern, der hier 1853 die Verlobungsfeier von Sissi mit Kaiser Franz Josef von Österreich feierte.  
Daniel Steiner “

„ Bei km 19 passieren wir Schloss Mirabell, das vor allem für seine barocke Parkanlage berühmt ist. Nur für einen kurzen Moment eröffnet sich mir ein Blick auf das Parkgelände mit den leuchtenden ornamentalen Blumenrabatten. Anlass genug, nach dem Lauf hierher zurück zu kehren. Ich kann nur sagen: Den Besuch des kunstvoll gestalteten Parks sollte sich niemand entgehen lassen.

Klaus Sobirey “

„ Der letzte Kilometer hat noch einige Sehenswürdigkeiten und leider auch ein paar Höhenmetern zu bieten. Mich fasziniert immer die Pferdeschwemme, quasi die Urform der Autowaschanlage. Nebenan in der berühmten Getreidegasse liegt das Geburtshaus eines gewissen Wolfgang Amadeus Mozart. Der ist natürlich hier überall präsent. Ich werde meinen Kollegen auch einige Mozartkugeln mitbringen.

Andreas Bettingen “



Viel bejubelter Zieleinlauf beim Salzburg Marathon



Die Finisher-Medaille, begehrt und verdienter Lohn





# HAJ HANNOVER MARATHON >>>



9. April 2017



>> DURCHSTARTEN  
auf Bestzeiten-Kurs!

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

# Hier läuft das Revier

**V**ier Städte – ein Marathon, das gibt es auch 2017 nur im Ruhrgebiet. Am 21. Mai verbindet der Vivawest-Marathon bereits zum fünften Mal die Städte Gelsenkirchen, Essen, Bottrop und Gladbeck und zeigt die Region von ihrer sportlichen Seite. Start und Ziel des Laufes, der als Rundkurs

angelegt ist, befinden sich in Gelsenkirchen. Die abwechslungsreiche Strecke führt die Läufer durch das Herz des Reviers – vorbei an vielen Sehenswürdigkeiten des alten und neuen Ruhrgebiets, vorbei an Zechensiedlungen, Fördertürmen und Industriekultur – eben durch den Pott. Highlights sind unter anderem

der Laufabschnitt über das Gelände des Welterbes Zollverein und der Kokerei, die Essener Innenstadt, die Gartenstadt Welheim in Bottrop oder auch der Nordsternpark in Gelsenkirchen. An zahlreichen Fanpoints mit Musik und Moderation werden die Läufer besonders angefeuert und unterstützt. PM





# Marathon Supercup: Der Renner für Renner

*Aus dem Marathon Supercup ist ein richtiger Wettbewerb geworden, bei dem alle mitmachen können. Die Teilnahme ist kostenlos*

**G**ewertet werden fast alle Marathon- und viele Ultraläufe im deutschsprachigen Raum. Man läuft eine der angebotenen Strecken und trägt seine Laufkilometer in eine Liste ein. Die Summe der gelaufenen Kilometer erscheinen in einer Rangliste, die auf [Marathon4you.de](http://Marathon4you.de) permanent einsehbar ist. Zum Jahresende wird die Rangliste geschlossen, die Ergebnisse aus 2016 lagen also bei Redaktionsschluss noch nicht vor. Aber es sind unglaublich viele Kilometer, die da zusammen kommen.

Die drei Läuferinnen und drei Läufer mit den meisten Lauf-Kilometern werden mit einem Marathon-Supercup-Winner-Shirt mit Kilometeraufdruck ausgezeichnet. Unter allen Teilnehmern des Wettbewerbes wird ein Marathon-Wochenende mit Hotel (2 Übernachtungen mit Frühstück) und Freistarts für zwei Personen verlost.

## Marathon-Supercup-Souvenir-Paket

Es gibt ein attraktives Marathon-Supercup-Souvenir-Paket mit schickem, schwarzem Supercup-Shirt für SIE und IHN (hochwertige Funktionsqualität), Silikon-Armband und Aufkleber mit dem Supercup-Logo.

Weitere Informationen, Rangliste, Terminliste und Registrierung auf [www.marathon4you.de/supercup](http://www.marathon4you.de/supercup)

Egal, ob  
stimmungsvoller  
City-  
Marathon ...



... anspruchsvoller  
Landschafts-  
lauf ...



... oder  
Bergmarathon  
– alles zählt  
für den  
Marathon  
Supercup



**15. SPREEWALD MARATHON**  
21.-23. April 2017

33 Strecken

- Laufen
- Wandern
- Paddeln
- Skaten
- Kadeln
- Wohnen

BURG LÜBBEN LÜBBENAU  
[www.SPREEWALDMARATHON.de](http://www.SPREEWALDMARATHON.de)

# Rainy Day



” Auf der Dreikronenstraße geht es mainaufwärts. Links schöne Blicke auf die Türme der Innenstadt, vor uns die Alte Mainbrücke, errichtet 1120. In den Kneipen dort kann man Frankenwein genießen und das Treiben auf der Brücke oder die Schiffe in der Schleuse betrachten. An einem warmen Sommerabend ist das sicher wunderschön.  
Andreas Bettingen “

” Wir kommen an der beeindruckenden Fassade der Residenz vorbei. UNESCO-Weltkulturerbe, erkennt man auf den ersten Blick. Barock, Mitte 18. Jahrhundert, beherbergt u. a. die prächtige Hofkirche mit viel Malerei, Gold und Marmor. Der Hofgarten mit seinen bunten Blumenbeeten, exakt in Form geschnittenen Bäumen und vielen Skulpturen ist aber nicht zu sehen.  
Herbert Orlinger “

” Wir laufen stadtauswärts, geradewegs den sich gar nicht so fern an den Hängen emporziehenden Weinbergen entgegen. Über die Brücke der Deutschen Einheit, die jüngste der Würzburger Brücken, haben wir erstmals Gelegenheit, den Main zu queren. Durch die den Brückenaufbau tragenden Trossen eröffnet sich uns ein herrlicher Blick auf die Weinberge, die tragen Fluten des die Stadt prägenden Flusses, sowie auf die Türme der Altstadt und die Festung Marienberg. Klaus Sobirey “



21. Mai 2017



” Noch ist das Touristikprogramm nicht zu Ende: Unter der Alten Mainbrücke hindurch laufen wir rechts auf den Rathausplatz. Aus den Kolonnaden dringt Musik und wir schauen auf ein weiteres Wahrzeichen Würzburgs, den Kiliansdom, der die viertgrößte romanische Kirche Deutschlands ist. Der Bildhauer Tilman Riemenschneider wirkte hier und wohnte gleich in der Nähe.

Andreas Bettingen “

” Obwohl man die Strecke zwei Mal läuft, bin ich mir nicht sicher, wirklich alle Sehenswürdigkeiten mitbekommen zu haben. In der Altstadt kommen sie ja Schlag auf Schlag. Sieht so aus, als müsste ich wiederkommen.

Herbert Orlinger “

# DER STADT- MARATHON DER SCHWEIZ



Top Events  
**LUZERN**  
FACEBOOK

MARATHON | HALF MARATHON | 5 MILE RUN

# SWISS CITY MARATHON

29 OCTOBER 2017

LUCERNE

WWW.SWISSCITYMARATHON.CH

PRESENTING  
PARTNER



OFFICIAL  
PARTNER



# Lauf ins



# Mittelalter

„ Die lange Reihe der Läufer zieht sich über die Alleen in der Morgensonne. Einer spricht mich an, wir sind 2013 in Danzig zusammen gelaufen. Bei der nächsten Band verliere ich ihn aus den Augen. 18 Musikgruppen gibt es an der Strecke. Das Ganze für die Marathonis doppelt, denn es sind zwei Runden zu absolvieren.

Andreas Bettingen

„ Bevor wir zum Dom kommen, müssen wir für ein paar 100 Meter auf altem Straßenpflaster laufen, unter den Augen eines Reiterdenkmals vom bayerischen König Ludwig I. Blick über die rechte Schulter auf die prächtige gotische Fassade des Regensburger Doms. Nach fast 600 Jahren fertiggestellt und seitdem eine Dauerbaustelle, wie alle diese großen Kathedralen.

Herbert Orlinger





” Über den Krauterermarkt geht es ruckzuck zur Donau. Wieder Kirchen, schöne Wohnhäuser und dann weiter Richtung Osten. Am Minoritenweg eine Verpflegungsstelle mit bester Musik. Dann bringt mich eine Boygroup gesetzteren Alters, „Die Ruam“ genannt, ins Schwärmen. Sie macht Musik mit bayerischen Texten, die irgendwie vom Marathon handeln. Dann diese Mädels am Streckenrand, die viel Spaß beim Kuchenfrühstück haben. Gegenüber viele Kinder, die ungestört auf ihren Trommeln herumhauen dürfen.

Andreas Bettingen “

” Vor uns das Alte Rathaus. Die vorher mobilen Reichstage fanden von 1594 bis 1806 immerwährend in Regensburg statt, so begeistert waren die Tagenden von der Stadt und dem Reichssaal. Ich freue mich da viel mehr über die Musikgruppe, bevor es leicht bergab über den wichtigsten Platz der Stadt, den Haidplatz, geht. Der Keyboarder der nächsten Band fordert mich freundlich auf, hier nicht rumzufotografieren, sondern endlich weiterzulaufen. Das nenne ich mal Anfeuerung.

Andreas Bettingen “





28. Mai 2017

„ Mein Projekt Aufholen kann ich mir abschminken. Heute ist nicht mein Tag. Beim Marathon ist alles möglich. Klar, dass einem da die paar Kilometer auf der Straubinger Straße viel länger vorkommen. Aber es gibt ja noch Verpflegungsstellen, auf die man sich freuen kann. Und dann immer wieder viele Zuschauer.

Andreas Bettingen

„ Wer es erst einmal bis km 39 geschafft hat, der packt auch noch den Rest. Aber ein wahrlich befreiendes Gefühl ist es dann doch, endlich in den Zielkanal einbiegen, winkend seinen Emotionen Lauf zu lassen und sich ein letztes Mal vom Piepen der Zeitmatten bestätigen zu lassen. Zum Finisherglück gesellt sich in Regensburg zudem das Glück des After-Finishs. Damit meine ich nicht etwa die lecker-süßen Wassermelonen und auch nicht das frisch-kühle Weißbier, das es gleich nach dem Zieleinlauf zur Wiederbelebung der Lebensgeister für die Läufer gibt. Sondern auch und vor allem die Fiesta, die im Zielgelände abläuft. Proppenvoll sind die Bänke, es wird gegessen, getrunken und gefeiert.

Klaus Sobirey



Besuchen Sie uns im Web:  
[www.wuerzburg-marathon.de](http://www.wuerzburg-marathon.de)

**WVV**  
Energie, Verkehr, Umwelt

**iwelt**  
internet.dienste

17. Mai 2017  
Firmenlauf in Eibelstadt  
21. Mai 2017  
Marathon · Halbmarathon

 iwelt marathon wuerzburg

**WÜRZBURG  
MARATHON**





„ Wir haben für ein kurzes Stück die Wallstraße für uns allein, dann kommt nach dem Theaterplatz ein spektakulärer Anstieg auf der Schlossauffahrt bis zum Triumphbogen. Wir umrunden das Schloss. Steil, zum Teil über Stufen, geht es zum Theaterplatz wieder hinunter, wir überqueren die Straße und dann weist uns eine Helferin in das schmalste Gässchen hinein, durch das ich je gelaufen bin. “  
Anton Lautner

„ Was aber dann kommt, habe ich bei einer Veranstaltung dieser Größe noch nicht erlebt. Jede Menge Zuschauer, die Live-Band und jetzt zwei Moderatoren halten die Stimmung am Höhepunkt. Die, die vom Orga-Team sonst selbst auf den Strecke unterwegs sind, gehen voll mit, klatschen die Finisher ab und gratulieren. Wer hier spurtet, ist selber schuld. Genießen ist angesagt. “  
Klaus Duwe

# Grand mit Vier

„ Skatspieler wissen Bescheid: Ein Grand mit Vier ist so ziemlich das Beste, was einem passieren kann. Also großes Lob für den Marathon in der Skatstadt Altenburg. “  
Klaus Duwe

„ Die ersten Höhenmeter warten auf uns hoch zum Roßplan und zum Nikolajkirchhof. Über die Langengasse am Stadtmauerturm geht es zum Capitol hinunter und schon sind wir im Grünen. So wie jetzt wird es auf der ganzen Strecke sein: Ein munteres Auf und Ab. Aber die Strecke macht Spaß und wird nie langweilig. Garantiert! “  
Anton Lautner

„ Beim Lindenau-Museum beginnt der erste Ansturm auf den Schlossberg, der von fetziger Musik begleitet wird. „Don't stop“ dröhnt es aus den Lautsprechern. Die Rolling Stones, wie von mir bestellt. Trommler und ein paar Zuschauer sorgen für weitere Motivation. Oben ist eine Grillparty. Ich bekomme Lob für meinen Foto-Job, aber eine Bratwurst kriege ich nicht. Notgedrungen greife ich bei den Bananen zu, die es beim Teehaus im Schlossgarten gibt.

Klaus Duwe

„ Jetzt jagt eine Sehenswürdigkeit die nächste. Vor uns die Roten Spitzen: Die beiden unterschiedlich gestalteten Backsteintürme sind das Wahrzeichen Altenburgs und gehörten einst zur Marienkirche der Augustiner-Chorherren. Sie soll von Friedrich Barbarossa geweiht worden sein. Dann am Kunstturm vorbei, einem 1845 errichteten Wasserturm.

Andreas Bettingen



Willkommene Abkühlung auf dem Schlossberg



17.06.2017

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



STILFSEERJOCH  
**STELVIO  
MARATHON**



15.07.2017

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



Reschenseelauf  
Giro Lago di Resia

# Hoch hinaus im kleinen Land



” 9:00 Uhr – Countdown und Startschuss, los geht das Abenteuer LGT Alpin-Marathon. 10 Kilometer gibt es zum Einlaufen, immer flach, meist am Rhein entlang. Fast fühle ich mich heimisch, wo ich doch meine Regenerationsläufe bevorzugt auch am (Ober-)Rhein absolviere. Statt der Schwarzwaldberge habe ich hier allerdings einen herrlichen Blick auf die umliegenden schneebedeckten Schweizer Berge, unter ihnen der dominante Säntis.

Klaus Duwe “

” Nun geht's den angenehmen Pfad bergab und da zeigt sich, dass die Regel „wahre Trailläufer erkennt man beim Bergablaufen“ stimmt. Wir sind noch etwas unbeholfen, haben Angst auszurutschen. Aber das wird sich im Laufe der Zeit ändern.

Andreas Bettingen “

” Für den Genießer sind Bergmarathons **die reinste Erholung**, meinte unlängst ein Kollege. Je höher es hinaufgeht, desto länger sind die Gehpausen. Und je steiler es ist, desto weniger fällt man als Marschierer auf. Diese Sicht ist nicht neu, aber allemal **ein guter Grund, in Liechtenstein zu starten**. So nebenbei kann ich mein Länderkontingent erhöhen.

Anton Reiter “





„ Am Schloss vorbei setzt sich der Aufstieg fort. Mal über asphaltierte Bergstraßen, dann wieder über geschotterte Naturwege geht es in immer neuen Windungen fast stetig bergan durch Wiesen und Wälder. Ablenkung bietet das kleine Dorf Samina, vor allem aber der immer wieder präsente Panoramablick über das Rheintal.

Klaus Sobirey “

„ Gleich nach der Silumer Höhe wird die Halbdistanz erreicht und es geht auf einem schmalen Pfad abwärts zum Kurhaus Sücka, im Blick immer den herrlich gelegenen Saminasee. Die Landschaft ist wie aus dem Bilderbuch. Saftige Wiesen, herrliche Berge, dazu die Almhütten und das Geläut der Kuhglocken machen Lust auf Bergurlaub.

Klaus Duwe “





Bei schönem Wetter lockt der Alpin Marathon durchaus auch Zuschauer an die Strecke



” Der Forstweg geht bis km 32 weiter. Ab hier kommt der für mich landschaftlich schönste Teil: Wir laufen einen Trail steil bergauf, immer an der Baumgrenze. Es riecht nach Latschenkiefern. In der stillen Läufer Schlange steigen wir aufwärts. Vorbei an Restschneefeldern erreichen wir Sass Förlke, mit fast 1.800 Metern der höchste Punkt der Strecke. Nur noch acht Kilometer.

Andreas Bettingen “

” Die letzten sind auch die schönsten Kilometer. Das Tal bildet eine Arena und durch diese laufen wir nun in einem weiten Bogen. Es ist die schönste Arena der Welt. Sonne, kleiner Enzian und großer, wild fiepender Murmeltiere, Licht, Leben und blendender Schnee, immer hart an der Grenze zwischen Eis und blühendem Leben. Kein einfacher Weg, viele Steigungen aber in einer wunderbaren Landschaft, die ich eine Stunde lang genieße. Ein herrlicher Marathon geht zu Ende, gekrönt mit alpinen Schönheiten.

Joe Kelbel “



After-Race-Meeting in Malbun, dem Zielort beim Alpin-Marathon in Liechtenstein.

Gornergrat  
16. Zermatt  
Marathon



1. Juli 2017

Am  
schönsten  
Berg  
der Welt



Gornergrat  
Riffelberg

- Marathon
- Marathon-Staffel
- Ultra-Marathon
- Halbmarathon

Zermatt

St. Niklaus

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



Internationale  
Folklore auf dem  
Schlosshof

# Typisch Eifel



Verpflegungs-  
stelle beim  
Schloss Hamm



„ Weiter streifen wir Echtershausen und nähern uns dem Höhepunkt der Strecke: Schloss Hamm. Das in mehreren Zeitabschnitten entstandene und noch bewohnte Schloss besteht u. a. aus dem im 14. Jahrhundert errichteten Bergfried und dem Torbau aus dem 16. Jahrhundert. Die dem Schloss angegliederte Kapelle ist gelegentlich Stätte von kirchlichen Trauungen, ebenso wie der gotische Saal, der vom Standesamt Bitburg-Land als Trauzimmer genutzt wird.

Wolfgang Bernath



„ Die Strecke ist gut beschildert und die Verpflegung spitzenmäßig. Alle zwei bis drei Kilometer gibt es eine Verpflegungsstation und selbst im dichten Wald bleiben keine Wünsche offen. Die Betreuer sind immer sehr freundlich und bemühen sich, alle Wünsche zu erfüllen.

Werner Kerkenbusch



„ Oberhalb des Stausees führt die Strecke auf einem lauschigen Waldweg entlang. Viele Spaziergänger sind unterwegs. Ich laufe konzentriert von einem leuchtend gelben Pfeil zum nächsten. Es ist wunderbar, der Trail ist weich und wellig. Unter mir liegt der Stausee, der heute von Bootfahrern und anderen Erholungssuchenden lautstark bevölkert ist. Hier oben ist es ruhiger und ich genieße jeden Schritt. Bald ist das Ende des Stausees erreicht und es geht über die Staumauer. Der Moderator sagt mich an, ein Helfer weist mir den Weg zur Verpflegung.

Birgit Fender



„ Alles in allem bietet die neue Ultrastrecke alles, was man als Trailläufer erwartet: eine schöne Landschaft, tolle Trails, gute Stimmung und fast 1.000 Höhenmeter auf 51,4 km.

Peter Ickert



# Und wann kommst du nach Lönningen?

„Erstaunlich viele Zuschauer lassen uns spüren: „Schön, dass ihr da seid.“ Und: „Ihr seid die Größten.“ Mit geschwellter Brust geht es ein kurzes Stück durch den Ort. Nach 15 Minuten gemütlichem Jogging in praller Sonne kommt schon die erste Getränkestelle und dann ein kleines, schattiges Waldstück, genannt Werwer Fuhrenkamp.

Klaus Duwe



„Einen Kilometer weiter stehen um einen fahrbaren Tresen garantiert mehr Leute, als im Umkreis von drei Kilometern wohnen. Während sich die meisten Männer an einer Bierflasche festhalten, übernehmen die Frauen das Klatschen und Rasseln. Tolle Stimmung hier in Ehren (km 8). Nur ein paar Minuten weiter das gleiche Bild: Nur drei Häuser, aber 30, 40 Leute sitzen unter Sonnenschirmen oder in schattigen Zelten und feiern die Läufer. Und wenn ich den Fotoapparat raushole, legen sie noch einen Zahn zu. Super, Leute.

Klaus Duwe



# THIS IS YOUR DAY



## MAINOVA FRANKFURT MARATHON



mainova



SPORTSTADT  
FRANKFURT AM MAIN

messe frankfurt



Woolmark

hrfernsehen HD 1

Frankfurter Rundschau

mainova



SPORTSTADT  
FRANKFURT AM MAIN

messe frankfurt



Woolmark

hrfernsehen HD 1

Frankfurter Rundschau



## 29. OKTOBER 2017

[frankfurt-marathon.com](http://frankfurt-marathon.com)

**JETZT  
ANMELDEN!**



SPORTSTADT  
FRANKFURT AM MAIN

messe frankfurt





„ Mitten auf den Deich das nächste Fest. Die mit bunten Fähnchen geschmückten weißen Partyzelte auf beiden Seiten der schmalen Laufstrecke sind rammelvoll mit gut gelaunten Menschen. Für jede Läuferin und jeden Läufer macht man die Welle. Es ist einfach herrlich. Und dass die gleiche Strecke jetzt noch einmal zu laufen ist, hat überhaupt nichts Erschreckendes.

Klaus Duwe

„ Und dann ist es auch schon so weit: Unter dem Jubel der vielen Zuschauer erreiche ich in der frühen Abenddämmerung das Ziel und lasse mir die verdiente Medaille umhängen. Von dort aus laufe ich schnurstracks zum Wellenfreibad, um später gut erholt bei Backfisch und kühlem Hefeweizen die stimmungsvolle Marathon-Nacht-Party zu genießen.

Mario Bartkowski

„ Endlos lang scheint nun die Landstraße, der wir alle Richtung Löningen folgen. Alle paar Meter haben Helfer des Fußballvereins SC Winkum Schilder entlang der Strecke aufgestellt, auf denen motivierende Sprüche stehen – der Binsenweisheiten-Highway. Dann erreiche ich die kleine Ortschaft Winkum. Es ist die reinste Partymeile, angeführt von einem Moderatoren-Duo, das es versteht, das winzige Dörfchen zum Brodeln zu bringen.

Mario Bartkowski



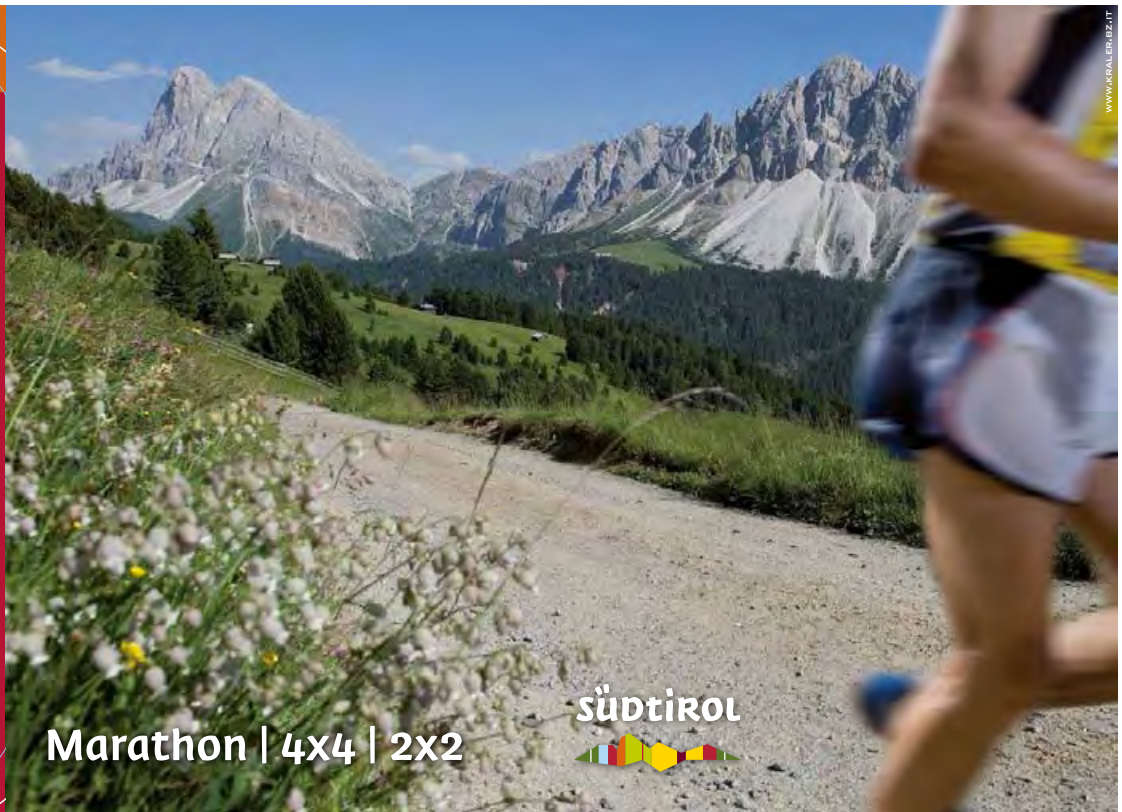
24. Juni 2017



Die große Marathonparty mit Live Musik endet erst um Mitternacht mit einem Feuerwerk



running  
to the  
limits



Marathon | 4x4 | 2x2

südtirol



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

8. Brixen Dolomiten Marathon 01.07.2017

# Fürth



” In Unterfarnbach (km 11) ist Stimmung. Leute, ihr seid gut. Ich hatte gehofft, es gibt noch eine zweite Runde durch Unterfarnbach. Es ist eine Pracht! Wirklich schöne Fachwerkhäuser, in einem Haus eine Dachdeckerfirma, im Rest Kneipen! Fürth di! “

” Wir kreuzen wieder den Kanal. „Eichenspinnerprozession“ warnt ein Schild. Eine seltsame Bezeichnung für Marathonläufer. Aber es muss sein, es ist die zehnte Austragung, da kann man schon mal ein Warnschild aufstellen. “

” Bei Kilometer 20 kommen wir in die Altstadt. Mich haut der Anblick der Gewitterwolken über den alten Gemäuern von den Socken. Laufen, schauen und berichten – ich bin jede Woche unterwegs und genieße das. Geiles Läuferleben! “



# di

Von Joe Kelbel



„Fürth di“ ist die bayerische Grußformel, Singular. Plural, wenn mehr Läufer erscheinen, dann sagt man „Fürth eich!“ Fürth hat also nichts mit einem Flussübergang zu tun, sondern leitet sich vom Verb „behüten“ ab. Gerne wird Fürth mit dem Allerhöchsten genannt. Dann sagt man „Fürth di Gott“.



# Metropolmarathon Fürth

” Der folgende Weg über die Freiheit wird von Menschenmassen begleitet. Ich bin nicht froh, dass Abspergitter mich vor den Fans schützen. An Arthur, dem Moderator, komme ich nicht vorbei: „... Joe ... 285 km durch den Hohen Atlas ... und gestern hat er Knoblauch gegessen!“

“

” 22 Kilometer sind geschafft, die nächsten zwei Runden ziehen sich nun enger durch die Innenstadt. Ich überhole die letzten Halbmarathonläufer, während mich die ersten Staffelläufer einholen. Der Park und die Altstadt sind klasse! Absolut scharf ist das Repertoire an Anfeuerungsrufen der Helfer und Zuschauer! Das pusht die kleine Anhöhe zum Markt hoch. Hier rockt nun eine wirklich gute Band.

“

” Wieder auf dem Marktplatz, die Sonne scheint und die Band ist so gut, dass Axl Rose glatt einpacken könnte. Ich genieße die Sonne, die Musik und das Leben. Und die Aufmerksamkeit. Ich entscheide selbst, wann ich den letzten Kilometer angehe. „Der spinnt doch!“ „Der erste Coole!“, „Der macht's richtig!“, so die Kommentare.

“



Stimmungsvoller Zieleinlauf auf der Fürther Freiheit



Kult-Kommentator Artur Schmidt mit Marathon4you-Autor Joe Kelbel



Ohne sie läuft nichts: Helferinnen und Helfer beim Metropol Marathon in Fürth



Straßenfeste beim Metropol Marathon in Fürth



Die Läufer in der historischen Altstadt

VILLE DE LUXEMBOURG

ING  NIGHT MARATHON LUXEMBOURG

NIGHT RUN

LUXEMBOURG

| LUXEMBOURG | 27. 05. 2017 |

www.ing-night-marathon.lu

START 19:00



# Saxndi, ein harter Brocken

Von Anton Lautner



„ Immer weiter laufen wir ins Tal hinunter, manche lassen es da nur so krachen. Final Flow, Stone Garden und Kyrill Trail heißen die Strecken, über die man zuletzt in Serpentina das Tal der Schwarzwasser erreicht. Zuschauer gibt es hier keine. Aber irgendwo am Trail stehen Vater und Sohn, die Mutter haben sie kurzerhand zum Laufen geschickt. So können beide noch kurz zuschauen und sich dann ihrem Herrentag widmen



„ Mit dem 14. Kilometer erreichen wir die Grenze zu Tschechien. Nicht vorstellbar, dass dort noch vor nicht allzu langer Zeit Stacheldraht beide Länder trennte und man heute mit nur einem Schritt im Nachbarland ist. Ich entdecke einen historischen Grenzstein mit der Jahreszahl 1672.

„ Am Grenzgraben geht es weiter, der Trail ist schmal, der Untergrund moosig und weich. Man glaubt, auf einer Matratze zu laufen. Dann wird der Pfad aber immer schlechter. Die Trailer sind leichte Beute von Bremsen und Mücken. Einige müssen ihre Luftangriffe auf mich mit dem Leben bezahlen.

„ Ein längeres Bergabstück im Tal des Koman Potok führt uns zum Kontrollpunkt Český Mlýn. 27,4 Kilometer haben wir hinter uns. Wer will, kann sich aus seinem Drop Bag bedienen und frisch machen. Ich habe diesbezüglich nicht viel Auswahl, ich habe nur ein langärmeliges Shirt und die Regenjacke gebündelt. Ich lasse beides zurück, denn wir kommen nochmals vorbei. “

„ Recht steil, immerhin über 200 Höhenmeter, geht es auf vier Kilometer Länge in Richtung Kaffenberg hoch. Trotz dichtem Wald haben wir an Lichtungen schöne Ausblicke auf die umliegenden Täler und Höhen. Einfach herrlich. “

„ Der nächste VP an der Preishausstraße lässt lange auf sich warten, 52,7 Kilometer habe ich in den Beinen, 18 muss ich noch laufen. Eigentlich kein Problem. Also wieder gut auftanken und weiter geht es. Hier werden wir wieder abgehakt. Ihr wisst schon, keiner soll verloren gehen. “



1. Juli 2017



# FÜRTH

24. + 25. Juni 2017



**Super  
MARATHON  
Aktion**  
Unschlagbar günstige  
Startgebühr  
nur **33,33 €**  
(Bis 31. Dezember 2016)

**NEU** ¾-Marathon **NEU**  
9 km Nordic Walking | 10 km Volkslauf  
Halbmarathon | Marathon  
Staffelmarathon | Zehntel-Marathon  
Teensmarathon | Kidsmarathon

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

# Am schönsten

Das Matterhorn,  
Wahrzeichen der  
Schweiz, ist  
beim Zermatt  
Marathon  
allgegenwärtig



„ Schroffe Felsen, Wasserfälle, Almen, blühende Wiesen und der von trübem Gletscherwasser gespeiste Bach – das ist das Nikolaital. Wunderschön. Geradeaus schaut man auf das Breithorn und das Kleine Matterhorn, weiße Bergriesen vor strahlend blauem Himmel. Mattsand und Herbriggen sind die nächsten Orte. Wir haben fast ohne Mühe die ersten 150 Höhenmeter hinter uns. Die nächsten Kilometer bis Randa (1.408 m – 10,5 km) sind etwas anspruchsvoller. Besonders bei den Fels- und Steinmassen eines riesigen Bergsturzes vor etlichen Jahren wird meist marschiert.

Klaus Duwe





# Berg der Welt



„ Auf dem Fußweg geht es hinunter nach Zermatt, wo nach dem Überqueren der Bahnleise die nächste Verpflegung gereicht wird. Gut gemacht, denn so kann man neu erfrischt durch das Ortszentrum Spalier laufen, ohne bei seinem Fanclub einen angezählten Eindruck zu hinterlassen. Ich habe zwar nie einen mit, doch mit all den bekannten Gesichtern im Läuferfeld, denen ich heute schon begegnet bin, habe ich ein bisschen Familie dabei.

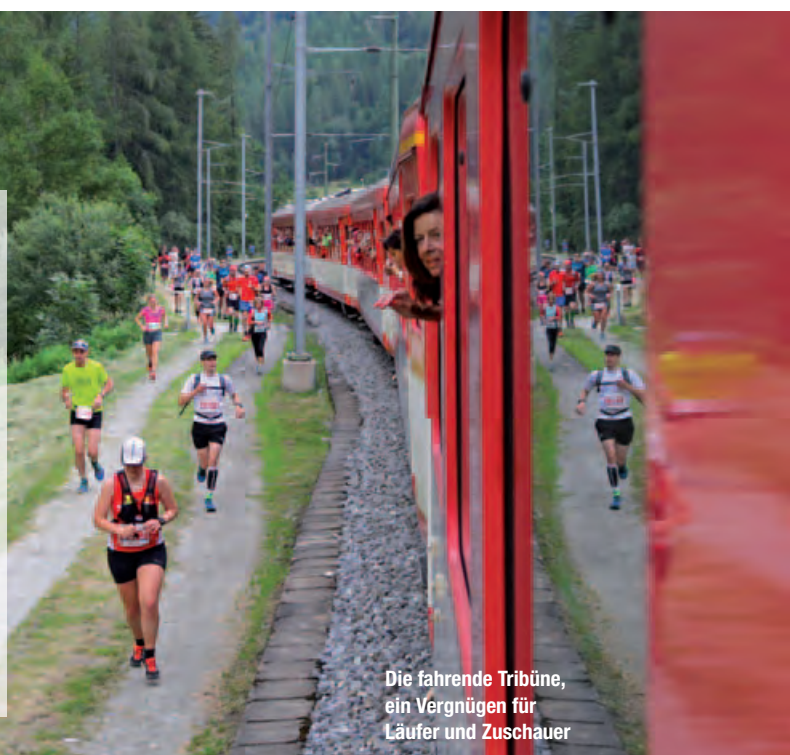
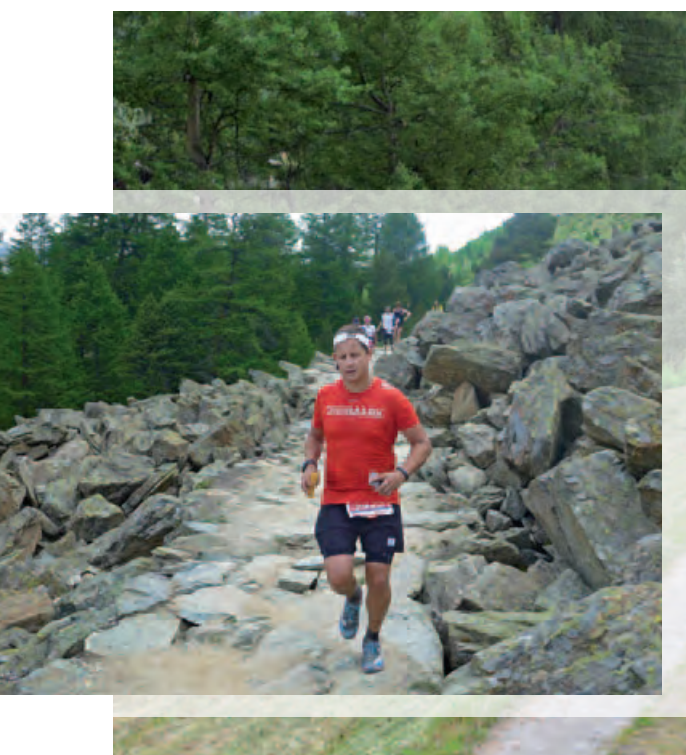
Daniel Steiner

„ Von Sunnegga geht es kurz bergab zum Leisee. Hier liegen die Pressefotografen auf der Lauer und das hat natürlich seinen guten Grund. Ich empfehle jedem, den Lauf hier einmal kurz zu unterbrechen und sich umzudrehen. Ihre Majestät „Z Hore“, wie die Einheimischen das Matterhorn nennen, gibt sich die Ehre. Seine majestätische und mystische Ausstrahlung kommt hier perfekt zur Geltung. Es gibt Leute, die sagen, nur von diesem Standort habe die Pyramide die perfekte Form.

Bernie Manhard



Anstieg zum  
Gornergrat, dem  
Ziel der Ultra-  
Variante auf 3100 m



Die fahrende Tribüne,  
ein Vergnügen für  
Läufer und Zuschauer

„ Und dann, kurz vor km 40, sehe ich sie erstmals aus der Perspektive des Fußgängers: die Rampe! Sagenumwoben wie die „Wand“ nach Wengen beim Jungfrau-Marathon, zieht sich die gegen Steinschlag und Lawinen eingehauste Bahnlinie steil zum Riffelberg hoch. Rechts von ihr führt uns nun der Weg auf dem vermeintlich finalen Anstieg nach oben, zunächst noch auf Schotter, begleitet von aus dem Zug lärmenden Fans, die uns lautstark Anerkennung zollen.

Wolfgang Bernath

„ Das Marathonziel Riffelberg liegt vor uns. Ich höre den Sprecher, dann das „Alli glich“, den Gornergrat Zermatt Marathon Song. Auf 2.595 Höhenmetern trennen sich unsere Wege. Die Marathonis setzen zum Endspurt an und ich mache erst mal Pause. Das Marathonziel ist 7 Stunden offen, das Ultraziel 8 Stunden. Das beschert Läufern, die in der Ebene fünf Stunden für 42 km brauchen, recht wenig Spielraum für den Ultra. Aber zur Not kann man hier auf den Marathon umsteigen.

Andreas Bettingen

„ Inmitten der schönsten Bergwelt läuft man ins Ziel, wird beklatscht für das, was man tut, um sich selber eine Freude zu machen. Die Welt ist schön und das Leben ist schön. Besonders hier.

Klaus Duwe



Traumhafter  
letzter Kilometer beim  
Zermatt Marathon

**LEIPZIG  
MARATHON**

**09.04.2017**

präsentiert von:

**Leipziger**  
Stadtwerke



• MARATHON

• HALBMARATHON

• INLINE-SKATEN

• ROLLSTUHL / HANDBIKE-HM

• 4 KM LAUF / WALKEN

• 10 KM LAUF / WALKEN

• MARATHON-STAFFEL

• KINDERLÄUFE

Jetzt anmelden!

10.00 Uhr · Sportforum

**LEIPZIGMARATHON.DE**

# Im Land der bleichen Berge

” Ruckzuck sammeln wir unsere ersten Höhenmeter und dürfen schon ein Viertelstündlein nach Verlassen Brixens die Belohnung hierfür einheimsen. Aus der Vogelperspektive blicken wir über sattgrüne Wiesen hinein in die Weiten des Eisacktals. Uns zu Füßen liegt Brixen in seiner ganzen Ausdehnung. Jenseits des Tales füllt mehr und mehr die Bergwelt der Sarntaler Alpen den Horizont.

Klaus Sobirey “



” Oberhalb der Talstation ist die Trametschhütte. Die Trametschabfahrt gilt mit neun Kilometern als längste Skiabfahrt in Südtirol. Dann beginnt die lange Querung des Plose-Südhangs. Zunächst geht es für knapp vier Kilometer im Wald auf einer Forststraße aufwärts, vorbei an den vielen schönen Höfen hier im Aferer Tal. Zwischendurch machen steile und aussichtsreiche Wald- und Wiesentrails die Strecke zum kurzweiligen Vergnügen.

Karl-Heinz Rochlitz “



„ Weiter geht es auf einem schmalen Pfad nach oben. Die Almwiese steht in voller Blüte. Tausende weißer, gelber und roter Pünktchen, und ich mittendrin. Da geht es um eine Kurve und ich stehe in einem ganzen Meer von Alpenrosen.

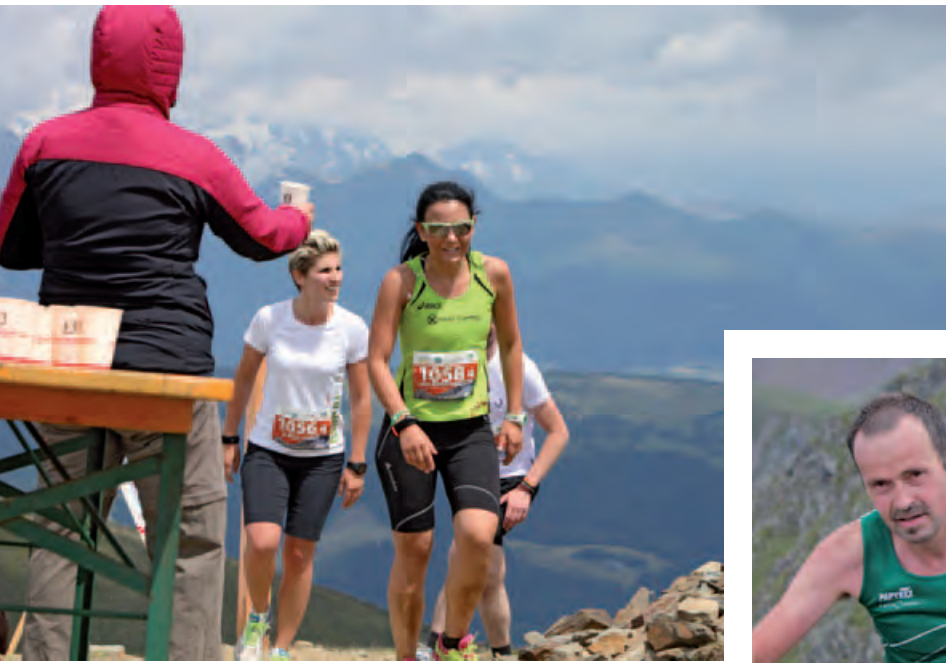
Birgit Fender “

„ Dann aber, am Ochsenstall (2.085 m), einem herrlichen, friedlichen Aussichtspunkt, wo kein Mensch schlimme Gedanken hat, trifft dich der Hammer. Dreimal frage ich, ob das wahr ist. Dreimal bekomme ich die Antwort, ja, es stimmt. Es geht darum, wohin der Weg jetzt führt. Stumm zeigt das Mädelsenkrecht nach oben zum Kreuz. 300 Höhenmeter auf einem Kilometer. Also schützte ich nacheinander das ganze Getränkesortiment in mich hinein, verstärkte die Mixtur mit einem Gel und setzte mich in Bewegung.

Klaus Duwe “



Kreuztal, Zwischenziel beim Brixen Dolomiten Marathon



„Die letzten Kilometer sind schon bei einem normalen Marathon die härtesten. Hier wird noch eins draufgesetzt. Gefühlt senkrecht geht es nach oben“

Klaus Sobirey





„Wieder wird mir Wasser gereicht, wieder schaue ich mich um. Herrlich. Es lohnt sich, nach oben zu kommen. Jetzt noch das Schaulaufen. Karl-Ernst, Peter und ich tun uns zusammen. Wir laufen auf die Plosehütte (2.448m) zu, im Hintergrund wieder die Geislerspitzen und der Peitlerkofel, weiter hinten der Schlern und viele weitere bekannte Dolomitenberge. Ein Gedicht. Drei Läufer auf einmal, da erhebt sich die Sonnenterrasse und applaudiert.“

Klaus Duwe



## Laufend die Welt erleben!®



Mit uns zu allen World Marathon Majors!

Wir verfügen für alle Veranstaltungen der World Marathon Majors Serie über garantierte Startnummern! Kommen Sie mit uns nach **Tokyo, London, Boston, Berlin, Chicago, New York** und zu vielen weiteren Laufevents rund um den Globus.

### interAir Laufreisen 2016/2017

			Ultra	42km	21km	10km
Dezember	Jamaika	03.12.16		x	x	x
	Honolulu	11.12.16		x		x
Februar	Tokyo	26.02.17		x		x
	Antarktis	10.03.17		x	x	
März	Barcelona	12.03.17		x		
	New York Half	19.03.17			x	
	Berlin Halbmarathon	02.04.17			x	
	Rom	02.04.17		x		
April	Paris	09.04.17		x	x	
	Two Oceans	15.04.17	x		x	
	Boston	17.04.17		x		
	Wien	23.04.17		x	x	
	London	23.04.17		x		
	Big Sur	30.04.17		x	x	x
Mai	Great Wall	20.05.17		x	x	8,5
	Kopenhagen	21.05.17		x		
	Bhutan	28.05.17		x	x	
Juni	Stockholm	03.06.17		x		
	Rio	18.06.17		x	x	6
Juli	Mont Blanc	23./24./25.06.17*	x	x	x	x
	Australian Outback	29.07.17		x	x	11/6
September	Médoc	09.09.17		x		
	Berlin	24.09.17		x		
	Chicago	08.10.17*		x		
Oktober	London Half	08.10.17*			x	
	Washington	29.10.17*		x		
	Dublin	29.10.17*		x		
November	New York	05.11.17		x		
Dezember	Honolulu	10.12.17*		x		x

\*voraussichtlicher Termin

Laufseminar mit Irina Mikitenko & Claudia Dreher  
LADIES.RUNNING.CAMP Aldiana Salzkammergut im Mai 2017

Laufseminare mit Carsten Eich  
Running Camp Andalusien im März 2017  
Running Camp Mallorca im März/April 2017

Laufseminar mit Herbert Steffny  
Marathoncamp in Gießen im Juli 2017

# Ein neuer Name



” Start ist für den Marathon in St. Felix, für den Halbmarathon beim Baie du Cap, beides traumhaft schöne Plätze, von denen man eigentlich nicht weglaufen, sondern immer verweilen will. Vergesst eure Vorurteile gegenüber Pendelkursen. Die Strecken auf Mauritius muss man einfach in beiden Richtungen erleben, so unterschiedlich sind die Eindrücke und Ausblicke entlang der Küste. Weiße Strände und Lagunen, dschungelartige Waldstücke, Zuckerrohrfelder und kleine Orte und Siedlungen wechseln sich ab. Und ab und zu hat man einen Blick auf die Berge der Insel.

Klaus Duwe



Mauritius  
Marathon





# auf der Liste



„ Wieder am Startplatz angekommen, taucht die Morgensonne den Strand von Saint-Félix in eine blaue Traumlandschaft. Ich meine, Brooke Shields in der flachen Lagune zu erkennen, aber es ist die ältere Inderin, die Frau des heutigen Letztplatzierten. Dann erwischt uns ein unvorstellbarer, heftiger Regenguss, der nach 300 Metern abrupt endet und sich mit einem prächtigen Regenbogen verabschiedet. Das ist hochanständig!

Joe Kelbel



Der 556 m hohe  
Le Morne Brabant,  
eines der Wahrzeichen  
von Mauritius



„Schon von weitem ist der Felszipfel erkennbar, der die Macondé Bay abgrenzt. Die Küstenstraße windet sich durch eine schmale Passage zwischen Kliff und steilem Vulkankegel.“





Der 556 m hohe Le Morne Brabant, der wie ein riesiger Leuchtturm an der Südwestküste emporragt, ist so etwas wie das Wahrzeichen von Mauritius. Eines mit tragischer Geschichte. Als die Sklaverei 1835 auf Mauritius abgeschafft wurde, schickte man eine Expedition los, um die Sklaven zu informieren, dass sie ab sofort freie Menschen sind. Diese verstanden das völlig falsch und glaubten, dass man sie erneut gefangen nehmen wollte. Voller Verzweiflung sollen sich 300 Männer und Frauen ins Meer gestürzt haben. Zu deren Gedenken gilt seither der 1. Februar als Nationalfeiertag.

Klaus Duwe “

Schon von Weitem ist der Felszipfel erkennbar, der die Macondé Bay abgrenzt. Die Küstenstraße windet sich durch eine schmale Passage zwischen Kliff und steilem Vulkankegel, an dessen Seite eine Treppe hinaufführt, von wo man aus 30 Metern Höhe die Haie sehen kann, die diese schmale Stelle umkreisen, als würden sie auf schwächelnde Läufer warten.

Joe Kelbel “

Auf den letzten 10 Kilometern gebe ich Gas, überhole Läufer nach Läufer, fühle mich bestens. Am Ziel läuft gerade die Siegerehrung. Sie wird unterbrochen, sämtliche Läufer stehen Spalier und begrüßen mich lautstark. Es gibt allerlei Köstlichkeiten und ein wunderschönes Bad in der Blauen Lagune. Alle 470 Läufer sind versammelt. Wir feiern und tanzen, singen und baden, essen und trinken, wir sind im Paradies. Der Mauritius Marathon kommt auf Platz 1 meiner Bestenliste.

Joe Kelbel “

Wie jeder Marathoni eine Liste hat mit Marathons, die er noch laufen will, habe ich eine Liste mit Marathons, die ich gerne gelaufen wäre. Dazu gehört ab sofort auch der Marathon auf Mauritius. Und das an ganz prominenter Stelle.

Klaus Duwe “



**Salzburg Marathon**

Lauffestspiele in der Mozartstadt

7. Mai 2017



**Get active days**  
5. bis 7. Mai 2017



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

**Tu, was du schon immer machen wolltest!**

**Entdecke einen der schönsten Marathons.**

**Im Weltkulturerbe Salzburger Altstadt.**

# Gondomania

Das zweitägige  
Laufabenteuer beginnt  
in der Gondoschlucht

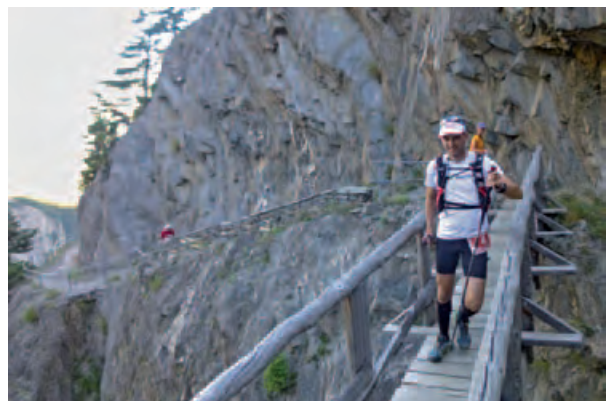


” Wer vom Wallis mit dem Auto nach Italien möchte, fährt von Brig im Rhonetal über den 2.005 m hohen Simplonpass und kommt dabei durch den Schweizer Grenzort Gondo auf der Südrampe der Passstraße. Wir Läufer bewältigen diese Strecke beim Gondo Marathon zu Fuß.

Nicola Wahl



Das Alte Spittel  
des legendären  
Stockalper



Die Landschaft ist atemberaubend. Tiefe Schluchten, wilde Wasser, idyllische Siedlungen, bunt blühende Sträucher, Wiesen und Weiden, schattige Fichten- und Lärchenwälder, irre Berge, deren Namen ich nicht kenne oder mir nicht merken kann, wechseln sich ab. Ständig habe ich neue Eindrücke. Ginge es darum, alle im Bild festzuhalten, ich bräuchte den Apparat nicht wegzustecken. Aber es ist ein Lauf hier, keine Fotosafari.

Klaus Duwe

**Einen solchen Lauf hatte ich noch nie gemacht!**

Eberhard Ostertag

Die Seen und Hochmoore des Simplonpasses (2.006 ü. M.) sind eiszeitliche Relikte. Archäologische Funde wie Pfeilspitzen, die am Rande des Rotelsees gefunden wurden, belegen, dass die Kameraden vom Ötzi hier durchzogen. Ich könnte wetten, die hatten damals einen ähnlichen Laufstil wie wir: schnell, aber nicht am Rande der Kräfte.

Joe Kelbel

Von Weitem schon sehe ich inmitten der Bergeinsamkeit das „kulturhistorische Highlight“ dieser Etappe: das trutzige Alte Hospiz, auch „Altes Spittel“ genannt (km 15). Kaspar Stockalper ließ den sechsstöckigen, schmucklosen Bau mit Glockenturm obendrauf einst

auf den Resten eines Johanniterspitals errichten. Die oberen drei Stockwerke des festungsartig wirkenden Gebäudes dienten ihm als Sommerresidenz, in den unteren drei gewährte er mittellosen Reisenden unentgeltlich Unterkunft und Verpflegung.

Klaus Sobirey

Schweigsam und keuchend hastet das noch dichte Läuferband empor. Doch schon bald werden wir optisch reich belohnt. Ein spektakulärer Ausblick eröffnet sich zu unserer Rechten auf die Saltinaschlucht tief unter uns und begleitet uns auf dem folgenden Wegstück. Geradezu beängstigend ist, wie steil die Wände der Schlucht hinunterstürzen. Silbrig glänzend windet sich in deren Talgrund das Band der Saltina. Unser Pfad wird immer ausgesetzter und felsiger. Links geht es senkrecht hinauf, rechts senkrecht hinunter. Geländer sichern vor dem Absturz.

Klaus Sobirey

Die Route über das Furggi ist streng. Die 650 Höhenmeter beim drei Kilometer langen Aufstieg sind ein echtes Kriterium. Steil zieht sich der Stockalpertrail nach oben. Auf einer Felsplatte kann ich eine Inschrift von 1635 und damit aus seiner Zeit entdecken. Mann oh Mann, wie haben seinerzeit die Maultiere voll beladen den Aufstieg auf diesem Weg nur bewältigen können?

Bernie



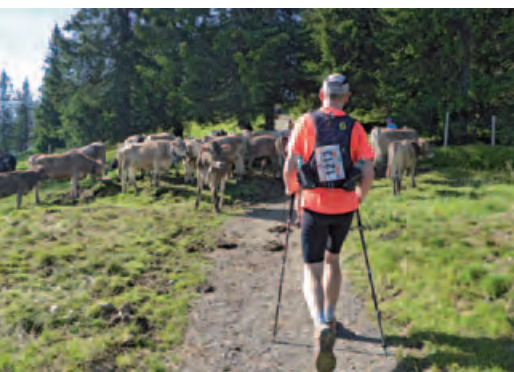
Die Querung der kalten Saltina hat Tradition beim Gondo Marathon

20. MAI 2017  
 45. GUTSMUTHS  
 RENNSTEIF  
 LAUF

- 24. – 29. 04. 42. RENNSTEIF-ETAPPENLAUF
- 20. 05. 45. GUTSMUTHS-RENNSTEIFLAUF
- 24. 06. 19. RENNSTEIF-STAFFELLAUF
- 01. 07. 15. SCHNEEKOPFLAUF
- 14. – 19. 08. 43. RENNSTEIF-ETAPPENLAUF
- 01. 10. 27. RENNSTEIF-HERBSTLAUF



## Wie der Name schon



„ Immer wenn Axel Reusch ruft, kommen sie angelaufen, die Ultras und die Marathonis. Für sie ist in der zweiten Augushälfte der Allgäu Panorama Marathon ein Pflichttermin.

Anton Lautner “

„ Viel Zeit zum Einlaufen hat man nicht. Zudem scheint es die Taktik der meisten Läufer zu sein, bei jetzt noch einigermaßen angenehmen Temperaturen so viele Kilometer wie nur möglich zu absolvieren. Jedenfalls geht es auf dem Illerdamm und am Sonthofener See vorbei recht zügig zur Sache.

Klaus Duwe “

„ Zu den Kühen auf den Almen würde ich gerne größeren Abstand halten, aber die Tiere sind die Menschen ja gewohnt und stören sich nicht an der Läufer­schar. Km 10 habe ich mittlerweile erreicht. Jetzt wird es noch steiler und noch trailiger. Das strengt zwar mehr an, macht aber auch mehr Freude. Auf einigen flacheren Wiesenstücken kann man sich zur Abwechslung sogar wieder im Laufschrift üben.

Markus Pitz “

„ Über den Hörnlepass überqueren wir zwei Mal kurz die Staatsgrenze, bevor uns dann auch offiziell ein Schild in der Republik Österreich herzlich willkommen heißt. Der Gasthof Hörnlepass erwartet uns bei km 32 mit Vollverpflegung inklusive Obst und fantastischem Kuchen.

Wer braucht da noch gesalzenes Butterbrot? Andreas Bettingen (Ultra) “

„ Das härteste Stück Arbeit beim Ultratrail ist der ca. 10 km lange Anstieg über die Gaisalpe zum Sonnenkopf. 1.000 Höhenmeter gilt es von Oberstdorf bis zum Gipfel zu meistern. Obwohl der Sonnenkopf eigentlich im Allgäu keine große Nummer ist, hat er bei den APM-Teilnehmern einen legendären Ruf und wurde schon mit den schlimmsten Verwünschungen bedacht.

Bernie Manhard “

13. August 2017



Gipfelkreuz  
auf dem Sonnenkopf  
(1712 m)

sagt . . .



ZÜRICH MAKES YOU RUN!

der lauf durch die schnellste stadt der schweiz.



Sonntag  
9. April  
2017

# zürichmarathon

Eine fantastische Kulisse mit Zürcher Altstadt und See sowie eine elektrisierende Stimmung begleiten dich auf deinem perfekten Lauf. Die freien Zürcher Strassen garantieren besten Laufgenuss. Und dank dem begeisterten Publikum wirst du besser und schneller laufen.

Zürich gehört zu den lebenswertesten Städten der Welt. Die Stadt ist folglich auch etwas für Geniesser. Vor allem aber ist Zürich reich an Tempo: 70% aller LäuferInnen unterbieten hier ihre persönliche Bestzeit! Die Laufstrecke ist so angelegt, dass alle Teilnehmenden voll auf ihre Kosten kommen.

Egal für welche Distanz du dich entscheidest – Teil davon zu sein ist ein tolles Gefühl. Erlebe die einzigartige Stadt zusammen mit vielen anderen Laufbegeisterten.

[www.zuerichmarathon.ch](http://www.zuerichmarathon.ch) **marathon** **teamrun** **cityrun**

Sponsorin



Integrationspartner



Medienpartner



Höchste Zeit  
zum Anmelden!

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

27./28. Mai 2017

Alle Infos und  
Anmeldung online!



# Regensburg Marathon

# Das Monschauer Land – immer ein Erlebnis

” Als der Startschuss fällt, rennt nur die erste Startreihe so richtig los. Die anderen starten verhalten, denn der Teerweg wird gleich noch schmaler und dann geht es einen rutschigen Trampelpfad steil nach unten. Wer nicht aufpasst, kann hier bereits sein Rennen beenden. Ist man aus dem Wald, geht es erst so richtig los. Die Straße ist breit und führt leicht abwärts nach Monschau.

Klaus Duwe

” Monschau begeistert mit herrlich renovierten Fachwerkhäusern und ist in Verbindung mit der durchfließenden Rur, dem vielfältigen Blumenschmuck und dem Straßenpflaster eine echte Augenweide. Für meine Füße ist das Pflaster eine Zumutung, denn es ist – wenn auch schön anzusehen – unangenehm zu belaufen und der vorherige Abstieg war auch nicht gerade witzig.

Wolfgang Bernath

” Danach geht es ständig rauf und runter, bis dann der erste eigentliche Hammer kommt. Im Hölderbachtal geht es nämlich fast 2 km nur bergauf. Ab hier trifft man dann die früher gestarteten Walker. Oben liegt die nächste Verpflegungsstelle.  
Peter Ickert

” In Kalterherberg leben 2.400 Menschen in meist alten, wunderschönen Fachwerkhäusern, die sich wie Perlen an einer Schnur rechts und links der Straße aneinanderreihen. Und diese Menschen sind der Hammer. Mit Getränken, Wasserkübeln, Gebäck, Schokolade, Gummibärchen und was weiß ich stehen sie an der Straße, feuern die Läufer an und freuen sich wie Bolle, wenn man zugreift. Am liebsten zweimal.

Klaus Duwe



Romantik pur  
in der Altstadt von  
Monschau





Früh am Morgen auf der Ultrastrecke beim Monschau Marathon

„ Die vier Kilometer hinauf zum Brather Hof (km 20) kann man trotz ständiger Steigung ganz gut laufen. Kaum hat man die Höhe erreicht, empfängt einen ein kräftiger Wind. Die Windräder stehen also nicht zufällig hier.

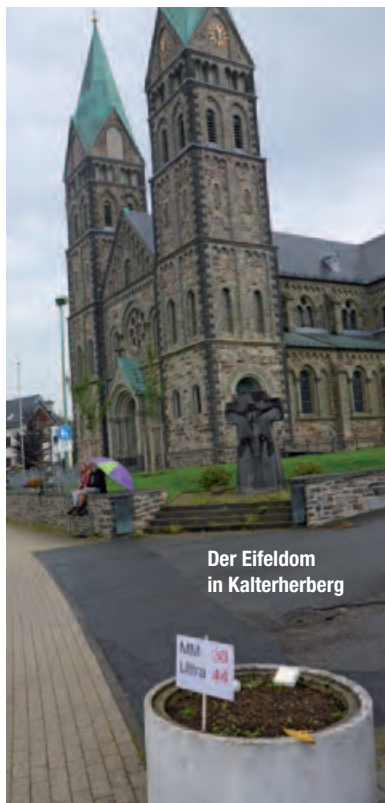
Klaus Duwe “

„ Die letzte Steigung beim km 41 über einen schwierigen Schotterweg begeistert mich, weil ich weiß, dass sie die letzte sein wird. Da kommt auch schon der Konzener Kirchturm in mein Visier und ich realisiere, dass ich es gleich geschafft haben werde. Kaum sehe ich die Zuschauer, die einem ein schönes Geleit auf den letzten paar hundert Metern geben, strafft sich der Körper (zumindest versuche ich das) und unterquere den Ziertunnel. Die namentliche Begrüßung nach der Strapaze tut gut.

Wolfgang Bernath “

„ Der Monschau-Marathon ist immer ein Erlebnis – auf jeder Distanz und bei jedem Wetter! Einfach toll. Alles passt. Super Organisation, super Strecke, super Helferteams und tolle Verpflegung.

Peter Ickert “



Der Eifel dom in Kalterherberg



# Teuflisch gut

Von Joe Kelbel

” Wir haben ein Führungsfahrzeug! Elektro! Von einem Sponsor. 100 Meter fährt es voran, dann verschluckt uns ein dunkler Trail. Ich mag diese brutalen Starts nicht, ich bin müde. Bin in einer Reihe mit den schnellen Läufern, sehe nur Fersen, muss aber rechtzeitig auf Hindernisse reagieren. Die Brille ist beschlagen, Nebel, Regen, die zahllosen Stirnlampen werfen ein Schattenlabyrinth. Ein Käuzchen schreit schaurig. An was der Veranstalter alles denkt!

“





„ Es ist sehr seltsam hier oben. Da sind Teile einer römischen, jetzt moosbedeckten Straße, Reste von verwitterten grünen Särgen, behauene, geometrische Steine, die unsortiert im Modder liegen. Komische, sinnlose Befestigungen, links ein steiler steinerne Abhang. Warum baute man so was? Dann die Teufelsbank, eine in Fels gehauene Sitzbank. Saß hier der Oberaufseher? Dann die Teufelsmauer: mächtige moosige, akkurate Felsen, die die Landschaft durchschneiden. Unheimlich hier, sehr mysteriös. Überall lauert der Teufel! “

„ Am Nonnenfelsen und am Schlawiesener Berg entlang geht's ins Pfaffental. Endlich christliche Orte! Nur der ewig lange, einsame Aufstieg ist unchristlich. Dann die Ruine Schlosseck. Man weiß kaum etwas darüber. Der Torbogen ist markant, stammt aus dem 9. Jahrhundert. Geht man durch den Torbogen, findet sich auf der anderen Seite eine wohl keltische Burganlage, tief, scharf abgebrochen vom Urgestein. “

„ Jetzt umkehren wäre aber auch blöd! Sebastian geht geknickt voran. Notger bleibt mit hängendem Kopf zurück. Der dunkle Wald zittert vor meinem schmutzigen Gebrüll, als ich mich aufbäume und ein letztes Mal angreife. Auf der anderen Seite hat der Teufel wieder was verstreut: Hütchen! Orange-weiße Hütchen! Ich glaub es nicht! Zwölf Stunden und 36 Minuten, ich brettere über die Ziellinie! “



# Zo Foß



Ohne kostümierte Läuferinnen und Läufer ist der Köln Marathon nicht denkbar

” In Köln hat mich 1997 beim ersten Köln-Marathon das Marathonfieber erfaßt. Ich wurde unheilbar infiziert. Wenn in meiner Heimatstadt Marathon ist, bin ich dabei.

Klaus Klein



# durch Kölle

” Je weiter ich komme, desto lustiger werden die Zuschauer. Manche haben ihr Wohnzimmer an die Strecke geschafft, andere beschränken sich aufs Wesentliche: das Fass Kölsch. Oft sitzen überernährte Biertrinker in tiefen Sesseln, ich bin dann der Vermittler zwischen deren und der Läufer Welt.

Joe Kelbel





” Was sich dann aber wenig später bei unserem zweiten Eintreffen auf dem Rudolfplatz abspielt, war noch nie da. Eine unübersehbare Menschenmenge bereitet den Marathonis einen Empfang, der nicht stürmischer ist, wenn der 1. FC Köln das Triple holt. Trillerpfeifen, Trommelwirbel, Gekreische und Zurufe erreichen eine gesundheitsgefährdende Lautstärke.

Klaus Duwe “

” Die Sonne hat sich durchgekämpft und bringt uns auch zum Schmelzen. Anwohner bringen auch was, und zwar ihren gesamten Hausstand und wollen den am Straßenrand verkaufen. Köln ist so bekloppt, die legen sogar Bananen aus und denken, dann kommen die Läufer!

Joe Kelbel “

” Spektakulär ist die Zielverpflegung. Hier zeigt der Köln Marathon absolut weltmeisterliches Niveau! Super Klasse! „Reissdorf“ ist einfach geradeaus! Die Kölschbrauerei spendiert uns den Partybereich. Hier wird getanzt und na ... in Köln ist eben nichts normal. Wie bekommt man eigentlich kussechten Lippenstift wieder ab?

Joe Kelbel “



# Meditativ

„ Seit 1968 wird in Bräunlingen Marathon gelaufen, und damit lange bevor sich der Marathon zum neuzeitlichen Massenphänomen entwickelt hat. Der Schwarzwald-Marathon ist zwar nicht ganz der älteste Marathon in Deutschland, in einer Beziehung aber sogar weltweit Vorreiter: Hier wurden 1968 erstmals bei einem Marathonlauf offiziell Frauen zugelassen.

Klaus Sobirey



„ Es geht zuerst durch das Stadtzentrum, wo wir von zahlreichen Zuschauern angefeuert werden. Auch der Pfarrer und die Messtdiener stehen am Straßenrand vor der Kirche und feuern uns an. Den Marathonis, die auch an diesem Sonntagmorgen wieder dem Gottesdienst fernbleiben, gibt dies ein Gefühl von „run thru“-Gottesdienst und ein etwas besseres Gewissen.

Daniel Steiner



„ Jetzt bin ich fast allein unterwegs und kann die Natur in vollen Zügen genießen. Der Schwarzwald hat schon was. Der Weg führt durch hohen Nadelwald. Nebel liegt zwischen den Bäumen. Rechts und links des Wegs gibt der mannshohe, schon braun gefärbte Farn dem Ganzen einen herbstlichen Touch. Die kleinen Kilometerschilder sorgen für Abwechslung und zeigen, dass ich, wie auch immer, vorwärtskomme.

Birgit Fender





” War die Läuferkette bis km 12 noch relativ geschlossen, so ändert sich das nun schlagartig, denn der überwiegende Teil der Starter hat sich für den Halbmarathon entschieden. Im ersten Moment fühlt sich die plötzliche Einsamkeit fast schon etwas seltsam an, aber letztlich trägt sie noch stärker zum Erlebnis des Naturlaufs bei. Oft höre ich außer dem Vogelgezwitscher nur meine gleichmäßigen Schritte. Ich genieße die friedliche, relaxte Stimmung, der Lauf gewinnt zunehmend meditativen Charakter.

Klaus Sobirey “

” Einen Kilometer vor Unterbränd geht es wieder aus dem Wald heraus auf den kleinen Flecken zu, wo wir wieder angefeuert, gepflegt und mit den uralten Klängen einer Kapelle auf das letzte Sechstel geschickt werden. Rechter Hand glitzert im Gegenlicht der kleine Kirnbergsee und schon sind wir wieder im Wald verschwunden.

Daniel Steiner “

” Kurz hinter km 38 endet der Waldweg endgültig und über Wiesen und Weiden geht es, nun auf Asphalt, direkt auf Bräunlingen zu. Die letzten hundert Meter vor dem Ziel sind dicht von Zuschauern gesäumt, die uns mit ihren Anfeuerungsrufen den letzten Schwung für den Zieleinlauf geben. Im Ziel herrscht nach der Beschaulichkeit der Laufstrecke ungewohnter Trubel und fast schon Volksfeststimmung. Bräunlingen weiß eben seinen Marathon zu feiern.

Klaus Sobirey “



# #koelnmarathon

**1. Okt  
2017**



# Im Salzkammergut, da kann man gut ...

„ Es soll ja Läufer geben, die Strecken unterhalb 42,195 Kilometern meiden. Marathon heißt das Zauberwort. Die Veranstalter des 27 km langen Wolfgangseelaufs haben sich diese Erkenntnis zunutze gemacht und schon vor Jahren die Marathondistanz ins Programm aufgenommen.

Andreas Bettingen



„ Der Weg durch das kaiserliche Bad Ischl ist kurz, aber schön. Die Kaiservilla sehen wir leider nicht, dafür aber wenig später schöne Anwesen. Die Bewohner scheinen aber noch zu schlafen. Das ändert sich in Pfandl, wo wir auf eine kleine Landstraße in Richtung St. Wolfgang einbiegen. Dort stehen immer wieder Bewohner vor ihren Häusern und feuern uns an.

Andreas Bettingen







” Nach der Labestelle in Ried bei km 18 sehe ich einen Weg am Horizont steil aufsteigen, was nur eines bedeuten kann: Es wird ernst, der Falkenstein ruft! 220 Höhenmeter hinauf und hinab drückt man uns aufs Auge auf dem Weg nach Fürberg.

Wolfgang Bernath “

” Ein Blick zurück und es ist klar, wir sind in einer traumhaft schönen Landschaft. Der See glitzert, die umliegenden Berge erscheinen schemenhaft im dunstigen Sonnenlicht, die Bäume sind schon leicht herbstlich gefärbt. 250 Höhenmeter sind es hinauf zum Falkenstein, dem Knackpunkt der Strecke, zu dem es keine Alternative gibt. Etlliche Zuschauer sind den Läufern vorausgeeilt und begrüßen sie jetzt lautstark.

Klaus Duwe “

” Wir sind jetzt am Südufer und schauen hinüber zur senkrecht abfallenden Felswand des Falkensteins und zum Schafberg (1.782 m). Auf dem asphaltierten Uferweg ist trotz leichter Steigung gut laufen. Kein Boot ist zu sehen. Ganz still ist es, auch der See zeigt keine Bewegung. Keiner spricht. Man schaut auf Wälder und Berge, die sich im See spiegeln und hält manchmal sein Gesicht genussvoll in die wärmende Sonne. Welch ein Tag.

Klaus Duwe “

” Für eine kleine Strecke haben wir das Ufer verlassen und nehmen quasi eine Abkürzung quer übers Land. Eine nette Brücke bringt uns über den Zinkenbach und wir erfreuen uns wieder an der lieben Sonne. Ein wunderbarer Spazierweg ist der nächste Untergrund, fast trailartig geht es wieder zum See. Der Bürgelstein, ein riesiger, in den See ragender Felsen, ist bereits auszumachen.

Wolfgang Bernath “

” Noch 9 km über Wiesen und verschliffte Flächen schauen wir auf den See und erkennen unschwer am anderen Ufer am Fuß des Schafbergs St. Wolfgang und das direkt am See liegende legendäre Hotel „Zum weißen Rössl“. Seit über 500 Jahren gibt es den Beherbergungsbetrieb schon, seit fast 100 Jahren ist er im Familienbesitz. Ein Glücksfall für das Haus und die ganze Region war, als Ralph Benatzky es als Kulisse für sein Singspiel auserwählte.

Klaus Duwe “

” Wenn euch demnächst jemand erklärt, beim Lauf um den Wolfgangsee muss man mal dabei gewesen sein, glaubt es. Es ist so. Seit man sogar einen Marathon laufen kann (nicht muss!), erst recht.

Klaus Duwe “

## 16. VOLKSBANK MÜNSTER Marathon



*Wir feiern unsere Helden*

- » Flache Strecke, 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

*Beliebtester Marathon in NRW 2012 - 2015  
Voting unter marathonsynde*

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

Münster-Marathon e.V. Tel. 0251/9277288  
info@volksbank-muenster-marathon.de





# Schnell mal durch FRANKFURT



Eschenheimer Turm



Alte Brücke mit Skyline



Hotspot Alte Oper

„Stolze 23 Meter ist sie hoch, die symbolträchtige Skulptur des „Hammering Man“ von Jonathan Borofsky direkt am Startpunkt. Die Symbolik für den Marathonläufer ist allerdings nur eine zufällige – eigentlich hatte der Künstler den klassischen Arbeiter im Sinn. Dem Läufer ist es einerlei: Heute avanciert sie zur marathonschen Kultfigur, auch wenn sich im Moment noch niemand von ihr mental verfolgt fühlt.“

Klaus Sobirey

„Über die Bockenheimer Landstraße erreichen wir die Alte Oper, einen Hotspot des Marathons. Der Veranstaltungsplan weist hier nicht weniger als 23 Stände aus, damit es den Zuschauern nicht langweilig wird. Es wird eng, aber das Zeitpolster der ersten Kilometer erlaubt es uns, locker dahinzutragen.“

Andreas Bettingen

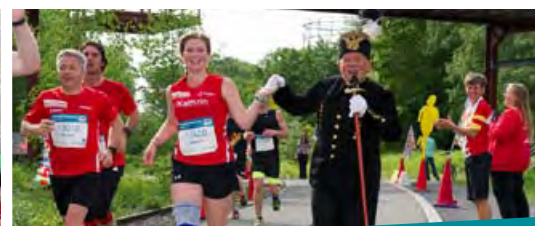


„Einer der Höhepunkte des Frankfurt Marathons ist die Alte Brücke über den Main. Von hier hat man einen sagenhaften Blick auf die Skyline mit dem alles überragenden 259 Meter hohen Commerzbank-Tower. Rechts davon sieht man den Kaiserdom St. Bartholomäus, der Wahl- und Krönungskirche der römisch-deutschen Kaiser war. Auch die grüne Kuppel der Paulskirche ist zu erkennen. 1848 bis 1849 tagten dort die Delegierten der Frankfurter Nationalversammlung. Die Alte Brücke selbst gibt es seit mindestens 1222.“

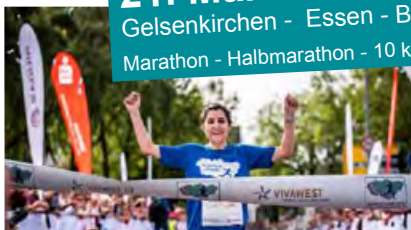
Klaus Duwe

„Vor uns der Eschenheimer Turm, Tor der spätmittelalterlichen Stadtbefestigung. Die Lage der letzten Stadtbefestigung lässt sich gut an dem Grüngürtel um die Innenstadt erkennen. Leicht links kommen wir an der Verpflegungsstelle km 40 vorbei. Wir sehen die Frankfurter Börse und im Hintergrund deren Wahrzeichen Bulle und Bär.“

Andreas Bettingen



**VIVAWEST-Marathon**  
**21. Mai 2017**  
 Gelsenkirchen - Essen - Bottrop - Gladbeck  
 Marathon - Halbmarathon - 10 km - Staffeln



## Mainova Frankfurt Marathon



Der Zieleinlauf in der Festhalle, der Frankfurter „Gudd Stubb“



Die Betreuung der Marathonis nach dem Lauf ist in Frankfurt vorbildlich

„ Ab der Oper geht es leicht bergab. Getragen vom Jubel der unzähligen Fans jagen wir dahin. Staffeln warten auf ihre Schlussläufer, um zusammen ins Ziel zu kommen. Das grandiose Finale steht kurz bevor. Wohl dem, der nicht auf die Sekunden achten muss und sein Plätzchen zwischen den Staffelgruppen findet. In einem Meer aus Jubel und Licht laufen wir in der Festhalle über den roten Teppich auf das Zieltor zu. Genießen, genießen, genießen. So muss es sein!

Andreas Bettingen

„ Zur Besinnung kommen die Läufer erst hinter der Ziellinie. Erst dann hat man die Chance, Details wahrzunehmen, die Menschenmassen auf den Tribünen, die donnernde Musik, die einpeitschende Moderation, die tanzenden Cheerleadernädels, die riesigen Videoleinwände und vor allem die einem Popkonzert würdige Lightshow. Ein gewaltiges, ein unvergessliches Bild.

Klaus Sobirey



coop



25 km  
11 km  
Kids 1-3 km

**38. Engadiner Sommerlauf**  
**20. August 2017**

Presenting Sponsor:



Hauptsponsoren:





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



# Schweizer Sahnestück



Alles, was einem zur  
Schweiz einfällt,  
findet man in Luzern

„ Gleich auf den ersten Kilometern präsentiert sich uns Luzern von seiner Schokoladenseite. Schnurgerade gen Altstadt führt unser Weg unweit des Ufers am See entlang. Die historischen Hotelpaläste prunken entlang der Haldenstraße bis zum Schweizerhof-Quai. Den Horizont füllen die spitzen Türme der Hofkirche.

Klaus Sobirey



15. hella marathon nacht rostock  
[rostocker-marathon-nacht.com](http://rostocker-marathon-nacht.com)

IN DIE

WANTEN  
UND  
FAHRT  
AUFGENOMMEN

©opus 2016

” Es geht sogleich weiter auf die Seebrücke, wo sich uns das fast schon allgegenwärtige, weil jedes Luzern-Werbeplakat schmückende Panorama mit der Kapellbrücke und der sich entlang der Reuss bis zum Horizont hinziehenden Altstadt und den dahinter aufsteigenden Bergen bietet.

Klaus Sobirey

” Musikalisch wird uns so viel geboten, dass ich bereits den Überblick verloren habe, an wie vielen Formationen wir schon vorbeigekommen sind. Die Klänge sind jeweils eher rustikal aber ungekünstelt und sie kommen von Herzen.

Daniel Steiner

” Dann die Wende. Die entgegenkommenen Halbmarathonläufer und die scheinbar immer noch nicht müden Guggenmusiker machen die Strecke bis zum Schwanenplatz kurzweilig. Dann merkt man aber, dass es auf der Strecke etwas ruhiger wird. Umso mehr genieße ich den Zuschauerhotspot am Bahnhof und dem KKL. Die Leute sind unglaublich. Ist denn hier keiner müde?

Birgit Fender

” Letzter werden in Luzern geht so: Träger der Fahnen der teilnehmenden Nationen bilden ein Spalier. Die Cheerleader-Mädels geben noch einmal alles. Der Sprecher kündigt den letzten Läufer an. Gedränge an der Bande, jeder will in die erste Reihe. Applaus und Gejohle, Körpereinsatz bei Fotografen und Kameramännern. Den fast verlegen die Huldigungen entgegennehmenden Läufern folgen die Treichelschwinger. Ihr Geläut vermischt sich mit den Alphornklängen und dem tosenden Applaus. Das Läuferfest ist zu Ende.

Klaus Duwe



Zieleinlauf beim Verkehrshaus



Treichelschwinger empfangen den letzten Marathoni





Toller Blick auf die Kapellbrücke, eine bedeutende Sehenswürdigkeit in Lucerne



**17. Heilbronner Trollinger-Marathon und Halbmarathon**

# Veranstaltungstipps

Hier findet Ihr spezielle Marathon-Tipps. Alle Marathon-Termine in D, A und CH findet man auf [MARATHON4YOU.DE](http://MARATHON4YOU.DE) und jede Menge Trails auf [TRAILRUNNING.DE](http://TRAILRUNNING.DE) Marathons, die man auch Trailrunning zuordnen kann, sind mit einem TR gekennzeichnet.

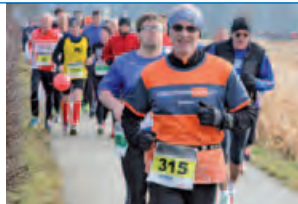
7. Januar 2017  
**swiss snow walk & run**  
▲ S L TR  
SSWR Arosa Swiss Walking Verein  
Postfach 375  
7050 Arosa/Schweiz  
[www.snowwalkrun.ch/arosa](http://www.snowwalkrun.ch/arosa)



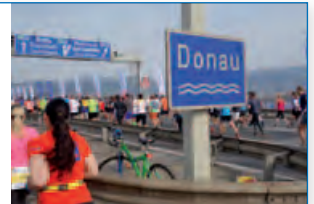
9. April 2017  
**HAJ Marathon Hannover**  
 TR  
Eichels: Event GmbH  
Kleine Düwelstr. 21  
30171 Hannover  
[www.marathon-hannover.de](http://www.marathon-hannover.de)



5. Februar 2017  
**Thermen-Marathon**  
 TR  
Johannesbad Reha-Kliniken  
Thermen-Marathon, Johannesstr. 2  
94072 Bad Füssing  
[www.thermen-marathon.de](http://www.thermen-marathon.de)



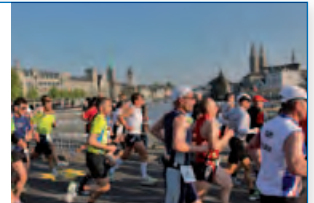
9. April 2017  
**Oberbank Linz Donau Marathon**  
 TR  
Marathon-Servicestelle der LIVA  
Roseggerstr. 41  
4020 Linz/Österreich  
[www.linz-marathon.at](http://www.linz-marathon.at)



2. April 2017  
**Deutsche Post Marathon Bonn**  
 TR  
Deutsche Post Marathon  
Berliner Platz 2  
53103 Bonn  
[www.deutschepost-marathonbonn.de](http://www.deutschepost-marathonbonn.de)



9. April 2017  
**Zürich Marathon**  
 TR  
Verein Zürich Marathon  
Postfach  
8036 Zürich/Schweiz  
[www.zuerichmarathon.ch](http://www.zuerichmarathon.ch)



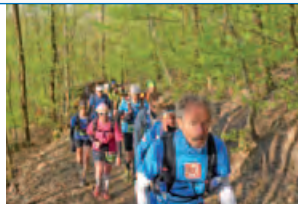
8. April 2017  
**Kyffhäuser Bergmarathon**  
 TR  
Kyffhäuser-Berglauf-Verein e.V.  
Postfach 100 212  
06562 Bad Frankenhausen  
[www.kyffhaeuser-berglauf.de](http://www.kyffhaeuser-berglauf.de)



9. April 2017  
**Cuxhaven Marathon**  
 TR  
executiveSPORTS  
Schlachthofstraße 29  
27576 Bremerhaven  
[www.cuxhaven-marathon.de](http://www.cuxhaven-marathon.de)



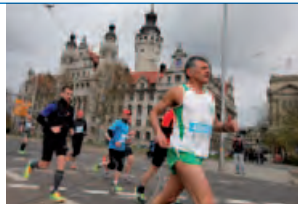
8./9. April 2017  
**Grand Défi des Vosges**  
 TR  
Les Vosgirunners  
13, Rue du Verger  
67350 Bitschhoffen, Frankreich  
[www.lesvosgirunners.com](http://www.lesvosgirunners.com)



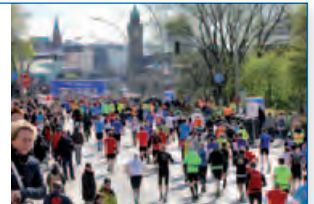
9. April 2017  
**Tangermünder Elbdeichmarathon**  
 TR  
Tangermünder Elbdeichmarathon  
e. V. Hansepark, Kirschallee 8 – 11  
39590 Tangermünde  
[www.elbdeichmarathon.de](http://www.elbdeichmarathon.de)



9. April 2017  
**Leipzig Marathon**  
 TR  
Stadtsportbund Leipzig e.V.  
Leipzig Marathon, Goyastr. 2 d  
04105 Leipzig  
[www.leipzigmarathon.de](http://www.leipzigmarathon.de)

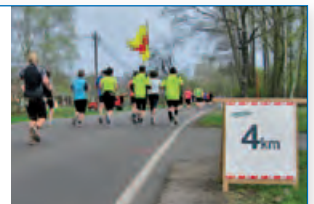


23. April 2017  
**Haspa Marathon Hamburg**  
 TR  
Marathon Hamburg Veranst. GmbH  
Fuhlsbüttler Str. 415 a  
22309 Hamburg  
[www.haspa-marathon-hamburg.de](http://www.haspa-marathon-hamburg.de)



**Veranstaltungshinweise auf Trailrunning.de**  
Eine umfangreiche Terminliste mit vielen Trails in Deutschland, Österreich, der Schweiz und anderen Ländern findet ihr auf [www.trailrunning.de](http://www.trailrunning.de). Dazu aktuelle Meldungen, Laufberichte und jede Menge Bilder.

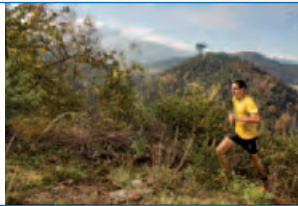
23. April 2017  
**Spreewald Marathon**  
 TR  
Spreewald-Marathon e.V.  
Schmogrower Str. 22  
03096 Schmogrow-Fehrow  
[www.spreewaldmarathon.de](http://www.spreewaldmarathon.de)



29. April 2017  
**Innsbruck Alpine Trailrun Festival**



Laufwerkstatt  
 Klammstraße 116  
 A-6020 Innsbruck/Österreich  
[www.innsbruck-alpine.at](http://www.innsbruck-alpine.at)



30. April 2017  
**VVO Oberelbe-Marathon**



Xperience sport & events  
 Uwe Sonntag Marktweg 2  
 01157 Dresden  
[www.oberelbe-marathon.de](http://www.oberelbe-marathon.de)



7. Mai 2017  
**Heilbronner Trollinger Marathon**



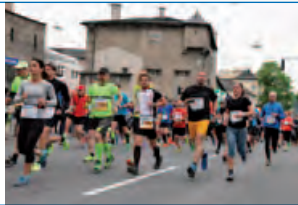
Heilbronn Marketing GmbH  
 Marktplatz 1  
 74072 Heilbronn  
[www.trollinger-marathon.de](http://www.trollinger-marathon.de)



7. Mai 2017  
**Salzburg Marathon**



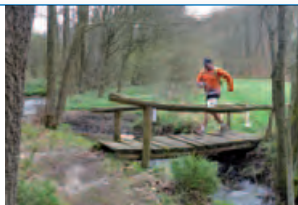
SportImpuls  
 Ginzkeyplatz 10/III/1  
 5020 Salzburg/Österreich  
[www.salzburg-marathon.at](http://www.salzburg-marathon.at)



7. Mai 2017  
**Bilstein-Marathon**



sport4you e.V., Gerno Semmelroth  
 Rösebach 14  
 37217 Witzenhausen - Kleinalmerode  
[www.bilstein-marathon.de](http://www.bilstein-marathon.de)



20. Mai 2017  
**GutsMuths-Rennsteiglauf**



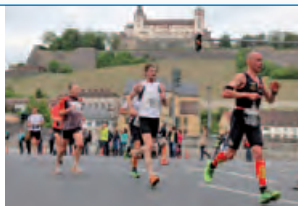
Rennsteiglauf Sportmanagement &  
 Touristik GmbH, Schmückerstr. 74  
 98711 Schmiedefeld am Rennsteig  
[www.rennsteiglauf.de](http://www.rennsteiglauf.de)



21. Mai 2017  
**iWelt Marathon Würzburg**



Stadtmarathon Würzburg e.V.  
 Alfred-Nobel-Str. 20  
 97080 Würzburg  
[www.wuerzburg-marathon.de](http://www.wuerzburg-marathon.de)



## Veranstungshinweise auf Marathon4you

Die komplette Terminliste mit allen Marathonveranstaltungen in Deutschland, Österreich und der Schweiz findet ihr auf der Website [www.marathon4you.de](http://www.marathon4you.de). Dazu aktuelle Meldungen, Laufberichte und jede Menge Bilder.

# RHEIN-RUHR MARATHON

SONNTAG, 11. JUNI 2017 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)

Stadtsportbund  
 Duisburg  
 StadtSportbund Duisburg  
 Bertalanlee 6b · 47065 Duisburg  
 Tel.: 0203 / 30 00 811 · Fax: 0203 / 30 00 888

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

Sa 1.7.2017  
 Sportpark Rabenberg  
**Running & Walking:**

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

WOODPRINT P  
 Sachsen  
**TRAIL**  
 IM ERZGEBIRGE

Skatstadt **Marathon Altenburg**

Die anspruchsvolle Herausforderung

Marathon  
 Halbmarathon  
 Paar-Staffel-Marathon  
 13,3km-Lauf  
 5,4km Fitnesslauf  
 Schülerlauf  
 Kinderlauf  
 Walking HM  
 Walking 13,3km

10.06. 2017

Marathon Altenburg

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

# Veranstaltungstipps

26./27. Mai 2017  
**Saar-Hunsrück-Supertrail**



Bernhard Sesterheim  
 Augustinusstraße 12  
 54296 Trier  
[www.sh-supertrail.de](http://www.sh-supertrail.de)



8. – 10. Juni 2017  
**Bieler Lauftage**



Geschäftsstelle Bieler Lauftage  
 Postfach 139  
 2501 Biel / Schweiz  
[www.100km.ch](http://www.100km.ch)



27. Mai 2017  
**ING night-marathon luxembourg**



ING europe-marathon luxembourg  
 BP 2723  
 1027 Luxembourg  
[www.ing-night-marathon.lu/de](http://www.ing-night-marathon.lu/de)



10. Juni 2017  
**Skatstadtmарathon Altenburg**



Kanu- und Freizeitsportverein  
 Altenburg e.V., Ringstraße 18,  
 04603 Zschaschelwitz  
[www.skatstadtmарathon.de](http://www.skatstadtmарathon.de)



28. Mai 2017  
**Regensburg Marathon**



LLC Marathon Regensburg e.V.  
 Donaustauer Straße 120  
 93059 Regensburg  
[www.regensburg-marathon.de](http://www.regensburg-marathon.de)



10. Juni 2017  
**LGT Alpin-Marathon Liechtenstein**



LGT Alpin-Marathon  
 Postfach 1036  
 9497 Triesenberg/Liechtenstein  
[www.lgt-alpin-marathon.li](http://www.lgt-alpin-marathon.li)



28. Mai 2017  
**Europa-Marathon Görlitz**



Geschäftsstelle Europamarathon e.V.  
 An der Landskronbrauerei 116  
 02826 Görlitz  
[www.europamarathon.de](http://www.europamarathon.de)



11. Juni 2017  
**Eifelmarathon**



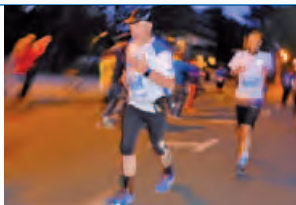
Rita Brandenburg  
 Auf Staudigt 25  
 54649 Waxweiler  
[www.eifelmarathon.de](http://www.eifelmarathon.de)



4. Juni 2017  
**SRH Dämmer Marathon Mannheim**



m3 marathon manheim marketing  
 GmbH & Co. KG, Werderstraße 12  
 68165 Mannheim  
[www.daemmermarathon-mannheim.de](http://www.daemmermarathon-mannheim.de)



11. Juni 2017  
**Rhein-Ruhr-Marathon**



Stadtsportbund Duisburg e.V.  
 Bertaallee 8 b  
 47055 Duisburg  
[www.rhein-ruhr-marathon.de](http://www.rhein-ruhr-marathon.de)



Foto: BLICKFANG pixel

**Bambini – Schülerlauf – 10km Lauf / Walking – Staffelmарathon – Halbmarathon – Marathon**

**Jubiläumslauf** am 07./08. Oktober 2017  
 50 Jahre Schwarzwald-Marathon in Bräunlingen

17. Juni 2017

**Himmelswege Lauf**



Himmelswege Lauf run e.V.

Talamtstraße 7

06108 Halle

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



17. Juni 2017

**AÜW Iller Marathon**



AÜW Iller Marathon

Kronenstr. 12

87435 Kempten

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



17. Juni 2017

**Stelvio Marathon (Stilfser Joch)**



Tourismusverein Prad am Stilfserjoch

Kreuzweg 4c

I-39026 Prad am Stilfserjoch/Italien

[www.stelviomarathon.it/de](http://www.stelviomarathon.it/de)



24. Juni 2017

**Remmers Hasetal-Marathon**



VfL Löningen e.V. Hasetal-Marathon

Jürgen Patock, Vehnweg 2

49624 Löningen

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



25. Juni 2017

**Metropol Marathon Fürth**



Sportamt der Stadt Fürth

Hirschenstraße 2

90762 Fürth

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



25. Juni 2017

**Town & Country Rennsteigquerung**



Pumpplätzweg e.V.

Trift 4

36433 Moorgrund

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



1. Juli 2017

**Montafon Arlberg Marathon**



Montafon Tourismus GmbH

A-6780 Schruns/

Österreich

[www.montafon-arlberg-marathon.com](http://www.montafon-arlberg-marathon.com)



1. Juli 2017

**Gornergrat Zermatt-Marathon**



Zermatt-Marathon

Postfach 52

3924 St. Niklaus/Schweiz

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



**LAUF FÜR DEIN LEBEN.**

29. Sept. - 01. Okt. 2017

MARATHON · HALBMARATHON  
 MARATHON-STAFFEL · WALKING  
 HANDBIKE · MINI-MARATHON  
 UNI-CUP · KIRCHENMEISTERSCHAFTEN  
 BAMBINI-LAUF · MARATHON-MESSE



Nächster Schritt: JETZT ANMELDEN!

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

**39. Internationaler Kyffhäuser-Berglauf**

am 08. April 2017

Der Leistungstest vor dem Rennsteiglauf

**Läufe**  
 Marathon, Halbmarathon  
 14 km, 6 km, 2 km,  
 Bambini-Lauf  
**Wandern/ Walking**  
 Halbmarathon, 14 km, 6 km  
**Mountainbike**  
 59 km, 42 km, 21 km

**FALKE ROTHHAARSTEIG MARATHON**

IM SCHMALLENBERGER SAUERLAND

14. MARATHON  
 21. Oktober 2017

Quartier gesucht?

Schwallenberg Sauerland

Gästeinformation  
 Schmallenberger Sauerland  
 Telefon 02972 9740-0  
[www.schmallenberger-sauerland.de](http://www.schmallenberger-sauerland.de)

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

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

27. Sparkassen

**Alb Marathon Schwäbisch Gmünd**

Samstag, 21. Oktober 2017

50 km Sparkassen Lauf (1100 Hm) mit Deutscher Meisterschaft im 50km-Lauf, Wertungslauf beim 25. Europacup Ultramarathon und DUV-Cup 2017

Einzelläufer/innen über 10/25/50 km werden im OstalbLaufcup gewertet.



# MARATHON CHECK

# WIE WAR'S?

WIE HAT DIR DIE STRECKE GEFALLEN?  
 WIE WAR DIE ORGANISATION?  
 WIE WAREN DIE ZUSCHAUER,  
 WIE DIE ATMOSPHERE UND  
 WIE DIE VERPFLEGUNG?  
 WIE GEFALLEN DIR MEDAILLE  
 UND FINISHER-SHIRT?

WIE ES WAR BEI EINEM MARATHON,  
 WEISST DU AM ALLERBESTEN. DU  
 WARST DABEI. UND WENN DU WISSEN  
 WILLST, WELCHE ERFahrungen  
 ANDERE BEI EINEM MARATHON  
 GEMACHT HABEN, SIND  
 LÄUFERINNEN UND LÄUFER  
 WIE DU DIE VERLÄSSLICHSTEN  
 INFORMANTEN.

JETZT GIBT ES DIE GANZ SPEZIELLE  
 PLATTFORM FÜR BEURTEILUNGEN  
 UND KOMMENTARE:  
**MARATHONCHECK.DE**



© opus.2015

**BEWERTE + KOMMENTIERE  
 SUCHE + FINDE  
 MARATHONCHECK.DE**

## Veranstaltungstipps

1. Juli 2017  
**Brixen Dolomiten Marathon**  

 Tourismusverein Brixen  
 Regensburger Allee 9  
 39042 Brixen/Italien  
[www.brixenmarathon.com](http://www.brixenmarathon.com)



1. Juli 2017  
**Saxoprint Sachsentrail**  

 Laufszene Events GmbH  
 Strehleener Straße 14  
 01069 Dresden  
[www.sachsentrail.de](http://www.sachsentrail.de)



2. Juli 2017  
**Gletschermarathon Pitztal-Imst**  

 Tourismusverband Pitztal  
 Unterdorf 18  
 6473 Wenus / Österreich  
[www.gletschermarathon.at](http://www.gletschermarathon.at)



15. Juli 2017  
**Eiger Ultra Trail**  

 Eiger Ultra Trail  
 Dorfstrasse 110  
 3818 Grindelwald/Schweiz  
[www.eigerultraultra.ch](http://www.eigerultraultra.ch)



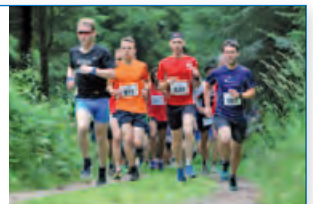
15. Juli 2017  
**Reschenseelauf**  

 ASV Rennerclub Vinschgau  
 Laatsch 180  
 I-39024 Mals im Vinschgau/Italien  
[www.reschenseelauf.it](http://www.reschenseelauf.it)



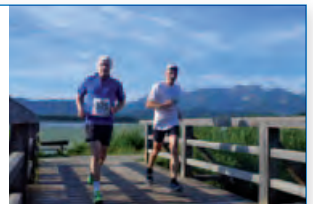
15./16. Juli 2017  
**SCHÖCK Hornisgrinde Marathon**  

 TV Bühlertal/Organisation Volkslauf  
 Karsten Weis, Breslauer Straße 31  
 76532 Baden-Baden  
[www.tv-buehlertal.de](http://www.tv-buehlertal.de)



23. Juli 2017  
**Königsschlösser-Romantikmarathon**  

 Königsschlösser-Romantikmarathon  
 Herbert Hiemer, Abt-Hafner-Str. 2  
 87629 Füssen-Weissensee  
[www.koenigsschloesser-romantikmarathon.de](http://www.koenigsschloesser-romantikmarathon.de)



4. – 6. August 2017  
**Pitz Alpine Glacier Trail**  

 Tourismusverband Pitztal  
 Unterdorf 18  
 6473 Wenus im Pitztal, Österreich  
[www.pitz-alpine.at](http://www.pitz-alpine.at)







**FÜR MÄNNER  
UND FRAUEN,  
VERWEGENE,  
GENIESSER...  
QUERLÄUFER,  
BERGLÖWEN,  
TALGAZELLEN  
UND FREAKS  
SOWIESO.**

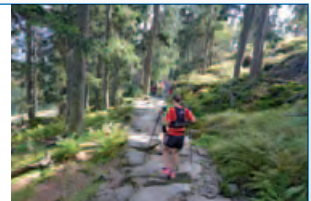
**TERMINE + LAUFBERICHTE  
MELDUNGEN + MAGAZIN  
TRAILRUNNING.DE**

## Veranstaltungstipps

17. September 2017  
**NIFCO KTW Seenland Marathon**  
  
 Seenlandmarathon/OAI e.V.  
 Treuchtlinger Str. 33  
 91781 Weissenburg  
[www.seenlandmarathon.de](http://www.seenlandmarathon.de)



23. September 2017  
**ARBERLAND Ultra Trail**  
  
 Woidläufer Bodenmais e.V.  
 Lohwaldweg 6  
 94227 Lindberg  
[www.arberlandultratrail.de](http://www.arberlandultratrail.de)



24. September 2017  
**Einstein-Marathon**  
  
 SUN Sportmanagement GmbH  
 Messerschmittstraße 5  
 89231 Neu-Ulm  
[www.einsteinmarathon.de](http://www.einsteinmarathon.de)



24. September 2017  
**IWB Basel Marathon**  
  
 Basel Marathon  
 Postfach 2270  
 4002 Basel/Schweiz  
[www.iwbbaselmarathon.ch](http://www.iwbbaselmarathon.ch)



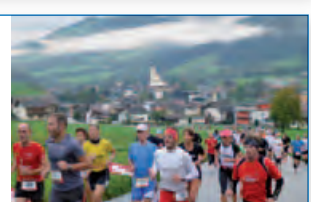
1. Oktober 2017  
**RheinEnergieMarathon Köln**  
  
 Köln Marathon Veranstaltungen GmbH  
 Radstadion Müngersdorf  
 50933 Köln  
[www.rheinenergiemarathonkoeln.de](http://www.rheinenergiemarathonkoeln.de)



1. Oktober 2017  
**EAM Kassel Marathon**  
  
 E.ON Mitte Kassel Marathon-Büro  
 Monteverdstraße 2  
 34131 Kassel  
[www.kassel-marathon.de](http://www.kassel-marathon.de)



6. – 8. Oktober 2017  
**Kaisermarathon Tour de Tirol, Söll**  
  
 JOLsport GmbH  
 Dorfstraße 18  
 6323 Bad Häring/Österreich  
[www.tourdetirol.com](http://www.tourdetirol.com)



8. Oktober 2017  
**Sparkasse 3 Länder Marathon**  
  
 Sparkasse Marathon  
 Sparkassenplatz 1  
 6900 Bregenz/Österreich  
[www.sparkasse-marathon.at](http://www.sparkasse-marathon.at)





8. Oktober 2017  
**innogy Marathon Baldeneysee**



TUSEM Essen-Marathon  
Osnabrücker Str. 16  
45145 Essen  
[www.essen-marathon.de](http://www.essen-marathon.de)



8. Oktober 2017  
**München Marathon**



München Marathon  
Boschetsrieder Str. 69  
81379 München  
[www.muenchenmarathon.de](http://www.muenchenmarathon.de)



8. Oktober 2017  
**Schwarzwald-Marathon**



LSG Schwarzwald-Marathon e.V.  
Postfach 1142  
78195 Bräunlingen  
[www.schwarzwald-marathon.de](http://www.schwarzwald-marathon.de)



8. Oktober 2017

**Napf-Marathon**



Napf-Marathon, Martin Blunier  
Sägegasse  
3556 Trub/Schweiz  
[www.napf-marathon.ch](http://www.napf-marathon.ch)



14. Oktober 2017

**Brocken-Marathon**



Harz-Gebirgslauf 1978 e.V.  
Postagentur Friedrichstraße 118 b  
38855 Wernigerode  
[www.harz-gebirgslauf.de](http://www.harz-gebirgslauf.de)



14. Oktober 2017

**FALKE Rothaarsteig-Marathon**



FALKE Rothaarsteig-Marathon  
Poststr. 7  
57392 Schmallenberg  
[www.rothaarsteig-marathon.de](http://www.rothaarsteig-marathon.de)

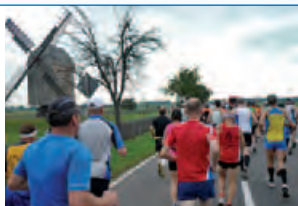


15. Oktober 2017

**Mitteldeutscher Marathon**



run e.V.  
Talamtstraße 7  
06108 Halle/Saale  
[www.mitteldeutscher-marathon.de](http://www.mitteldeutscher-marathon.de)



### Veranstaltungshinweise auf Trailrunning.de

Eine umfangreiche Terminliste mit vielen Trails in Deutschland, Österreich, der Schweiz und anderen Ländern findet ihr auf [www.trailrunning.de](http://www.trailrunning.de). Dazu aktuelle Meldungen, Laufberichte und jede Menge Bilder.

Der Kult-Lauf durch  
den Naturpark Eifel

**13. August 2017**

Top 3 der schönsten  
Landschaftsläufe  
voting.marathon4you  
2012, 2014, 2015

**41. Monschau-Marathon**

**6. Ultra-Lauf 56 km**

**12. Staffelmarahton**

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



## 46. Int. Wolfgangseelauf



salzkammergut  
marathon

Mythos &  
Leidenschaft

15. Oktober 2017

[www.wolfgangseelauf.at](http://www.wolfgangseelauf.at)

42,195 km | 27-km-Klassiker | 10-km-Uferlauf  
5,2-km-Panoramalauf | Team-Marathon | Junior-Marathon



Sa 16.09.2017  
Hertlingshausen

Running & Walking

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

**Bilstein-Marathon**

**7. BiMa 7. Mai 2017**

**Flach ist anders!**

BiMa 57 Ultra Trail mit 1500 Hm

BiMa 42 Lauf mit 1100 Hm

BiMa 42 Wandern mit 1100 Hm

BiMa 21 km mit 535 Hm



[www.Bilstein-Marathon.de](http://www.Bilstein-Marathon.de)

MARATHON  
CHECK

WIE WAR'S?

BEWERTEN + KOMMENTIEREN  
SUCHEN + FINDEN  
MARATHONCHECK.DE

MARATHON4YOU  
MARATHON  
SUPERCUP



### Veranstaltungshinweise auf Marathon4you.de

Die komplette Terminliste mit allen Marathonveranstaltungen in Deutschland, Österreich und der Schweiz findet ihr auf der Website [www.marathon4you.de](http://www.marathon4you.de). Dazu aktuelle Meldungen, Laufberichte und jede Menge Bilder.

### MARATHON JAHRBUCH 2017, Impressum

#### Verlag, Redaktion, Vertrieb

MARATHON4YOU Klaus Duwe, Postfach 2043, 76490 Baden-Baden

#### Chefredakteur

Klaus Duwe V.i.S.d.P., Tel. 0 72 21 | 6 54 85,  
eMail: [klaus@marathon4you.de](mailto:klaus@marathon4you.de)

Beiträge und Fotos, wenn nicht anderes vermerkt: Marathon4you

#### Mitarbeiter dieser Ausgabe

Mario Bartkowski, Wolfgang Bernath, Andreas Bettingen, Margot Duwe, Birgit Fender, Andreas Greppmeier, Peter Ickert, Joe Kelbel, Werner Kerkenbusch, Klaus Klein, Günter Kromer, Anton Lautner, Dirk Liedtke, Bernie Manhard, Herbert Orlinger, Eberhard Ostertag, Markus Pitz, Anton Reiter, Karl-Heinz Rochlitz, Klaus Sobirey, Daniel Steiner, Nicola Wahl

#### Anzeigen

Margot Duwe, Tel. 0 72 21 | 6 54 85, eMail: [office@marathon4you.de](mailto:office@marathon4you.de)

#### Grafisches Konzept, Layout, Bildbearbeitung:

headline Werbung, Martin Ritter, [www.headline-online.de](http://www.headline-online.de)

**Druck:** Bechtle, Esslingen

**Erscheinungsweise:** einmal jährlich

Der Verlag übernimmt keine Haftung für unverlangt eingesendete Manuskript oder Bilder. Die Zeitschrift und alle Beiträge und Bilder sind urheberrechtlich geschützt. Veröffentlichungen, auch auszugsweise, bedürfen der schriftlichen Zustimmung des Verlags.

[www.marathon4you.de](http://www.marathon4you.de)

## Veranstaltungstipps

15. Oktober 2017

**Bottwartal-Marathon**



Bottwartal-Marathon GbR  
Magdeburger Weg 9/1  
71672 Marbach

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



15. Oktober 2017

**Salzkammergut Marathon**



WSV LG und Kurdirektion St. Wolfgang  
Au 140

5360 St. Wolfgang/Österreich

[www.wolfgangseelauf.at](http://www.wolfgangseelauf.at)



21. Oktober 2017

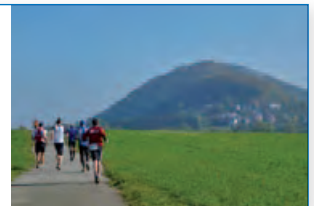
**Sparkassen Alb Marathon**



Organisationsteam Albmarathon  
Postfach 1169

73501 Schwäbisch Gmünd

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



22. Oktober 2017

**Piepenbrock Dresden Marathon**



creative sportmarketing  
Peter Eckstein, Isfriedstr. 7  
01217 Dresden

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



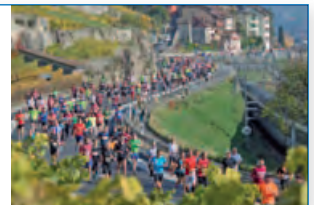
22. Oktober 2017

**Lausanne Marathon**



Lausanne Marathon  
Av. de Rhodanie 54  
CH-1007 Lausanne/Schweiz

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



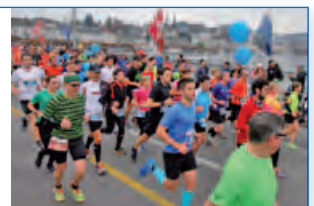
29. Oktober 2017

**SwissCityMarathon Lucerne**



Verein Lucerne Marathon  
Reto Schorno, Lidostrasse 5  
6006 Luzern/Schweiz

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



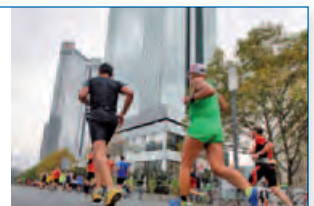
29. Oktober 2017

**Mainova Frankfurt Marathon**



motion events GmbH  
Sonnemannstr. 5  
60314 Frankfurt am Main

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



29. Oktober 2017

**Röntgenlauf**



Röntgenlaufbüro  
Kreuzbergstraße 15  
42899 Remscheid

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



# Laufshirt Discounter

## FREESTYLE Sportswear

Gestalten Sie Ihre ganz individuelle Sportbekleidung. Egal ob Einzelstück oder für das ganze Team, wir bedrucken Ihre einzigartige Funktionsbekleidung. Durch den vollflächigen Druck sind Ihrer Fantasie und Kreativität keine Grenzen gesetzt.

### Gestaltungsfreiheit:

Vollflächiger Druck.

Fotorealistische Darstellung möglich.

Jedes Shirt ist individualisierbar und kann zusätzlich mit Namen oder Nummern bedruckt werden.

### Haltbarkeit:

Der Druck wäscht sich nicht aus, da die Farbe Teil des Gewebes wird. Die Farben bleiben leuchtend.

### Funktionalität:

Die Atmungsaktivität wird durch den Sublimationsdruck in keinsten Weise eingeschränkt, da die Farbe Teil des Gewebes wird und nicht wie bei anderen Drucktechniken ein Farbauftrag entsteht. Die Feuchtigkeit wird abtransportiert.

### Unschlagbarer Preis:

Keine weiteren Kosten für zusätzliche Drucke (Ärmeldruck + Rückendruck + Brustlogo).



**Laufshirt-Discounter**

Amberger Strasse 8

93142 Ponholz / Maxhütte Haidhof

Tel. 09471 3087 780

service@laufshirt-discounter.de

www.laufshirt-discounter.de

**NEU!!!**  
**FREESTYLE**  
Bikerwesten,  
Polos, Longsleeves,  
Singlets, Laufhosen,  
Triathlonanüge  
uvm.



## **Laufen, schauen und berichten**

Das ist die Devise der Läuferinnen  
und Läufer des Teams von  
Marathon4you und Trailrunning.de.  
Wer auf diesen Portalen zu Wort  
kommt, weiß, wovon er spricht.  
Denn er oder sie sind die Strecken  
gelaufen.

Authentische Laufberichte, Bilder  
von der gesamten Laufstrecke,  
Erlebnisse und Hintergrund-  
informationen, Tipps und Hinweise  
aus erster Hand – das ist Inhalt  
und Programm von Marathon4you  
und Trailrunning.de

# **MARATHON JAHRBUCH 2017**

**MARATHON 4YOU.DE**

**TRAILRUNNING.DE**