



Ständige Aktualisierung des Laufkalenders unter www.bayerischelaufzeitung.de

		Distanzen					Internet		
		Kids	bis 5	bis 10	bis 21	bis 42	Ultra		
01.03.	Misurina/	Misurina Winter Run	4/160 HM	17/800 HM			https://www.trecimeexperience.com/misurina-win		
01.03.	Marchtrenk/A-Oberöst.	2 und 4-Std. Lauf			2 Std.	4 Std.	www.lscwelsland.at		
01.03.	Ravenna/	Vallie e Pinete		10	21	30	www.valliepinete.com		
01.03.	Sliema/Malta	GIG Malta Marathon			21	42	www.maltamarathon.com		
07.03.	Obb Reit im Winkl	Mountainman Wintertrail		10	21	30	https://www.mountainman.de/wintertrail		
07.03.	Hallein/A-Salzburg	Kelentrophy Duathlon	8,6/400 + 4,6	Ski/500			www.kelentrophy.at		
08.03.	Mfr Allersberg-Birkach	Rothseelauf		5,2	10,4		www.runninconcepts.de		
08.03.	Ofr Bamberg	Kramp Run/Ofr. Meist.	2,5	5	10		www.djk-gaustadt-triathlon.de		
08.03.	Schw Obtoeuren	9. Halbmarathon	1	6	10	21	www.halbmarathon-obtoeuren.de		
08.03.	Brescia/	Art Marathon			10	21	42	www.bresciamarathon.com	
14.03.	Mfr Nürnberg	6 Stundenlauf				6 Std	www.de.srichinmoyraces.org		
14.03.	Mfr Adelsdorf/ Neuhaus	Straßenlauf	0,4 +	6	10		www.tsvneuhaus.de		
14.03.	Obb Altötting	Crosslauf	0,5	4,2	7,6		www.crosslauf-is.de		
14.03.	Ofr Forchheim	Kellerwald Crosslauf	1	3,4	7,9		www.lg-forchheim.de		
14.03.	Ufr Zeil am Main	Hell of Brave			10	20	https://www.hellofthebrave.de/		
14.03.	Lackenhof/A-Niederösterr.	Ötscher Attack	3/650 HM				https://www.oetack.at/info/		
15.03.	Obb München-Westpark	Westparklauf	1	5	10		www.westparklauf.de		
14.03.	Ried/A-Oberöst.	Maximarkt Kinder Messel: 0,2 +					www.sportundfun-ried.at		
15.03.	Ried/A-Oberöst.	Löffler Messelauf	0,2 +	4	10		www.sportundfun-ried.at		
15.03.	Wels/A-Oberöst.	Halbmarathon			7	21,1	www.wels-halbmarathon.at		
15.03.	Savona/	Half Marathon		5	10	21	www.halfmarathon.it		
21.03.	Mfr Erlangen	20. Winterwaldlauf/trail	1,7	5	7/10	13/16	www.winterwaldlauf.de		
21.03.	Mfr Treuchtlingen	Frühjahrslauf	1,2	3	10		www.esv-laufgruppe.de		
21.03.	Opf Parsberg	Hatzengrünlauf	0,5 +	2,8	8,4		www.tvparsberg.de		
21.03.	Opf Regensburg	Bay.Meist. 10000m			10		www.lg-telis-finanz.de		
21.03.	Ufr Stockstadt	Kreis Crosscup	0,8 +	3,2	10		www.TG-Stockstadt.de		
21.03.	Ufr Würzburg	Gedächtnislauf			10	21	28	44	www.laufgemeinschaft-wuerzburg.de
21.03.	Kerzers/CH	42. Kerzerslauf	1,4	5	15		www.kerzerslauf.ch		
21.03.	Lambach/A-Oberöst.	Traunuferlauf	0,3 +	4,2	8,3		www.trauvierter-laufcup.at		
21.03.	Kitzbühel-Schwarzsee/A-Tirol	Schwarzsee-Crosslauf	0,5 +	5,7	8,5		www.alpencup.cc		
21.03.	Leitersdorf/A-Steiermark	Vulkanland Frühlingslauf	0,3 +	4,2	8,4	21		www.vulkanlandlauf.at	
21.03.	Ortrand-Dresden	SchneeglöckchenLauf	0,4 +	6	10	15/30	www.lausitzer-sportevents.de		
21.03.	Schwerin	Seen Trail					60	www.trisportschwerin.de	
22.03.	Mfr Bad Windsheim	Weinturlauf	2,2	5,3	10	21		www.weinturlauf.org	
22.03.	Ndb Deggendorf	Halbmarathon/Ndb. Meister:	1	4	7	21		www.lv-deggendorf.de	
22.03.	Ndb Massing	Berta Hummel Lauf	0,3/1	2,8	8			https://www.bertha-hummel-lauf-massing.de/	
22.03.	Obb Puchheim	Volkslauf Puchheim läuft	0,8 +	4	10			www.fcp-la.de	
22.03.	Schw Augsburg	50. Straßenlauf		5	10			www.aok-strassenlauf.de	
22.03.	Schw Sonthofen	Frühlingslauf				10		www.sonthofener-fruehlinglauf.de	
22.03.	Rimini/	Rimini Marathon	2	9	16	42		www.riminimarathon.it	
22.03.	Rovigo/	Halfmarathon		5	10	21		www.rovigohalfmarathon.it	
22.03.	Mailand/	Stramilano Halfmarathon		5	10	21		www.stramilano.it	
22.03.	St. Gallen-Oberriet/CH	42. Rhylauf	4,4	10	21			https://www.rhylauf.ch/	
28.03.	Mfr Fürth	Stadtwaldtrail	0,4 +	7,5				www.lacquelle.de	
28.03.	Obb Ingolstadt-Zuchering	Frühjahrswaldlauf	1,1	4,5	9			www.lifeparkev.de	
28.03.	Obb Markt a.Inn	Crosslauf	0,6 +	5	8,5			http://www.tsv-marktl.de	
28.03.	Obb München-Forstenried	Volkslauf	1,7	6,8/10	21,1			www.forstenrieder-volkslauf.de	
28.03.	Ofr Schwübitz	Ootzünderlauf	0,5 +	10				https://tvschwuerbitz.jimdo.com/	
28.03.	Schw Hergensweiler	Leiblachlauf	0,4 +	7	12			www.tsv-hergensweiler.de	
28.03.	Ufr Großostheim	Schlappeseppel Marktplatz:	0,7 +	5	10			www.tv-grossostheim.de	
28.03.	Ufr Ramsthal	Saaletal Marathon	4,2	10	21,1	42		www.saaletal-marathon.de	
28.03.	Grünheide/Störitz	40. 100 km Lauf					100	http://www.harri-schlegel.com/	
28.03.	Brixlegg/A-Tirol	Brixlegger Lauf	1,4	5	10			www.brixlegg.at/marktlauf	
28.03.	Gmunden/A-Oberöst.	Fuxn-Lauf		7,5/450 HM				www.fuxnlauf.at	
28.03.	Innsbruck/A-Tirol	20. Frühlingslauf	3/5	10	15/21			www.innsbrucklaeuft.com	
28.03.	Naturns/	Ötzi Trailrun		15/1150 HM	30/2100 HM			www.naturns.it	
28.03.	Zürich-Wallisellen/CH	Nighrun	1	5	10			www.nighrun.ch	
28.03.	Prag/CZ	Half Marathon				21		www.runczech.com	
29.03.	Mfr Wilburgstetten	Frühlingslauf	1,5	5	10			www.tsv-wilburgstetten.de	
29.03.	Ndb Kelheim	6h von Kelheim				6 Std		www.runandbike.info	
29.03.	Obb Ebersberg	Seelauf	0,7 +	5	10			www.ebersberger-seelauf.de	
29.03.	Obb Freising	Frühlingslauf	5,3	10,6	15/21			www.volksfestlauf.de	
29.03.	Obb Olching	Frühjahrslauf	1,4	5	10			www.leichtathletik-tsv-olching.de	
29.03.	Obb Otobrunn	6 Stunden-Benefizlauf	1,4			6 Std		http://ottobrunner-6stunden-lauf.de/	
29.03.	Obb Weilheim	Gögerltrail			13/240 HM			www.goegerltrailauf.de	
29.03.	Ofr Nussdorf a.Haunsb/A-Salzb.	11. Oichental Halbmarathon	0,5 +	5	10	21		www.oichental-halbmarathon.at	
29.03.	Opf Regensburg-Burgweinting	Frühjahrslauf	1	5	10			www.sv-burgweinting.de	
29.03.	Opf Steinberg am See	Winterlauf Challenge			21			www.wechselszene.de	
29.03.	Schw Kronach-Nordhalben	Halbmarathon-Benefiz			10,5	21		www.turnerschaft-kronach.de	
29.03.	Schw Wehringen	Crosslauf	1,3	8				www.lg-wehringen.de	
29.03.	Ufr Schweinfurt	Crosslauf/Ufr. Meist.	1,4	2,8	5,6			www.tv-jahn-sw.de	
29.03.	Cividale/	Unesco Cities Marathon		10,6		42		www.unescocitiesmarathon.it	
29.03.	Graz/A-Steiermark	Sorger Halbmarathon	7	14	21			www.graz-halbmarathon.at	
29.03.	Kaltern/	Kalterersee Lauf		10,5/21,1				www.kalterersee-halbmarathon.com	
29.03.	Kremsmünster/A-Oberöst.	Marktlauf	1,25 +	5	10			www.marktlauf.at	
29.03.	St. Florian-Linz/A-Oberöst.	20. Frühlingslauf	0,3 +	9,2				www.fruehlinglauf.at	
29.03.	Treviso/	Treviso Marathon		10 Meilen		42		www.trevisomarathon.com/de/	
29.03.	Wengen/CH	Lauberhorn Run	4,5/1028					www.lauberhornrun.ch	



Hast Du schon Frühlingsgefühle?

Vielleicht meint es uns nach dem Winter der Monat März gut? Um entsprechend für einen Frühling-Marathon trainieren zu können oder langsam hinein zu schnuppern in die Wettkampfatmosphäre - vielleicht in Ried, Forstenried, Innsbruck oder Dresden. Das sind unsere Tipps im März und die Orte im "Laufparadies 2020"? - Erwin Fladerer