

LAUFINFO 2019

März-April

LAUFEN & WALKING

März

02. März

38. Hardter KARNEVALSLAUF

www.lg-moenchengladbach.de

09. März

28. Langenberger Volkslauf mit Walking

www.djk-gillrath.de

10. März

38. Straßenlauf „Rund Um das Bayer-Kreuz“

www.tsvbayer04-leichtathletik.de

15. GVG Donatuslauf – Laufen/Walking-Nordic Walking

www.donatuslauf.de

5. Belgenbach -Trail Monschau Eifel Extrem

www.tv-konzen-run-walk.de

6. Selfkantlauf (Cross/Waldlauf)

www.selfkantlauf.de

15. März

6. Nachtlauf „Rund um den Fühlinger See“

www.lg80.de

P6-Lauf - Charity Lauf LG Opelaner Bochum

www.lgbochum.de

16. März

12. Crosslauf rund um den Junkerberg

www.tus-jahn-hilfarth.de

17. März

33. Sonsbecker Frühjahrswaldlauf

www.leichtathletik-svs1919.de

Königsforst Marathon mit Halbmarathon

www.koenigsforst-marathon.de

30. Neandertallauf

www.neandertallauf.com

8. Kölner Frühlingslauf

www.lt-dshs-koeln.de

49. Internationaler Eschweiler Volkslauf

www.LSG-Eschweiler.de

23. März

AOK Winterlaufserie Duisburg

www.asv-winterlaufserie.de

24. März

Basteilaufl Köln

www.koeln-marathon.de

29. März

3. Klever Lichterlauf

www.trifun-kleve.de

31. März

Stadtwerke Dinslaken energyrun.

www.marathon-dinslaken.de

52. Frühjahrslauf – Cross/waldlauf Düsseldorf

www.tg81.de

April

06. April

37. Benrather Volkslauf

www.lt-duesseldorf-sued.de

17. Karl-Heinz-Hahn Walk

www.lt-duesseldorf-sued.de

34. Dürener Sparkassen Stadtlaufl

www.duerener-stadtlaufl.de

07. April

12. Citylauf Lintorf

www.tus-lintorf.de

34. Volkslauf im Volkspark/Cross-Waldlauf – Bochum

www.langendreher04.de

27. PSV Düsseldorf – Brückenlauf

www.duesseldorfer-brueckenlauf.de

31. Internationaler Korschenbroicher Citylauf

www.citylauf-korschenbroich.de

Deutsche Post Marathon Bonn

www.deutschepost-marathonbonn.de

13. April

16. Golddorflauf in Winnekendonk

www.Golddorflauf.de

20. April

Osterlauf Neuss

www.osterlauf-neuss.de

27. April

ENNI Schlossparklauf Moers

www.schlossparklauf.org

17. Überraucher Walkingveranstaltung

www.tlv-germania.de

28. April

METRO Marathon Düsseldorf

www.metro-marathon.de

48. Internationaler Hermannslauf

www.hermannslauf.de

Monte Troodelöh Walking Day

www.esv-gremberghoven.de

35. NetCologne Dauerlauf im Severinsviertel

www.dauerlauf.de

HEPHATA Run MOENCHEN-GLADBACH - - Charity RUN

www.hephata-run.de

Apfelblütenlauf in Vorst – Tönisvorst - - Action Medeor
www.apfelbluetenlauf.de

30. April

21. Internationaler Nordkirchener Schloß- und Dorflauf
www.fc-nordkirchen.de

01 Mai

43. Flürener Sparkassen Halbmarathon
Wesel Flüren

Osterather Mailauf

Meerbusch Osterath

Wie immer – ohne Gewähr!

Meisterschaften

SIEHE NRW-LAUFKALENDER – WWW.LAUFEN.DE

NRW WALKING TOUR 2019

30. März: Kampf Lintfort

06. April: Düsseldorf

27. April: Essen-Überruhr

28. April: Köln-Gremberghoven

10. August: Monschau-Konzen

08. September: Oberhausen

13. Oktober: Herne

Es können bei allen Veranstaltung der NRW-Walking-Tour 2019
Teilnahmepunkte gesammelt werden.

Unter allen Teilnehmern mit mindestens 4 Teilnahmen verlosen wir 6 Preise
Die drei Vereine mit den meisten Teilnehmern bei den Tour-Veranstaltungen
erhalten eine Prämie

Die Siegerehrung findet bei der letzten Tour-Veranstaltung am 13. Oktober in
Herne statt.