

Termine 2023

Mai

Datum	Tag	Veranstaltungsort	Km-Entf. ab L'hof	Streckenlänge	HM	Startzeit	Homepage	Bemerkungen
	So	55768 Neubrücke	129	21,4 / 44 / 55 km	400 / 800 / 1000	9:00 Uhr	www.baerenfelslauf.de	Bärenfelslauf
06.05.	Sa	67269 Grünstadt	34	5 / 10 km	0	ab 17:30 Uhr	www.tsg-gruenstadt.de/leichtathletik	Weinbergslauf / 3-Länder-Laufcup
06.05.	Sa	53520 Nürburg	199	6 / 12 / 24 km	0	12:00 Uhr	www.strongmanrun.de/	Fisherman's Friend StrongmanRun
06.05.	Sa	67376 Harthausen	22	5 / 10 km	0	ab 17:00 Uhr	www.asvharthausen.de	Waldlauf
06.05.	Sa	76726 Germersheim	27	5,7 km	0	16:15 Uhr	www.br-timing.de	DRK-Spendenlauf
06.05.	Sa	68789 St. Leon-Rot	34	10 / 21,1 km	0	ab 9:00 Uhr	www.fruehlingslauf-rot.de	Frühlingslauf / PSD-Laufcup
07.05.	So	66999 Hinterweidenthal	72	5 / 10,9 km	150 / 350	ab 10:00 Uhr	www.wasgaucup.de	Hexepäddl Lauf / Wasgau-Trail-Cup
07.05.	So	69469 Weinheim	29	2,9 / 10 km	0	ab 11:00 Uhr	www.tsqja.de	Altstadtlauf / Bergstraßen-Cup
07.05.	So	74072 Heilbronn	80	21,1 / 42,2 km	140 / 341	ab 8:45 Uhr	www.trollinger-marathon.de	Trollinger Marathon mit Staffel
07.05.	So	55116 Mainz	83	21,1 / 42,2 km	0	9:30 Uhr	www.marathon.mainz.de	Gutenberg-Marathon
07.05.	So	66606 St. Wendel	120	21,1 / 42,2 km	0	ab 9:30 Uhr	www.sankt-wendel.de/sport-freizeit/globus-marathon/	Marathon
10.05.	Mi	67112 Mutterstadt	0	5km Runde	0	18:00 Uhr	www.lq-muli.de	MuLi interner Laufevent
14.05.	So	76829 Landau-Dammheim	38	5 / 10 km	0	ab 10:00 Uhr	www.br-timing.de	Energie-Südwest-Cup inkl 5km Walking
	Fr	67065 Lu-Gartenstadt	10	4 x 3km	0	17:30 Uhr	www.br-timing.de	Staffellauf der Stadt Ludwigsahfen
-	Sa	68165 Mannheim	12	4,2/10/21,1/42,2 km	0	ab 17:25 Uhr	www.daemmermarathon-mannheim.de	Dämmer-Marathon - abgesagt
	So	68723 Oftersheim	31	5 / 10 km	0	ab 10:00 Uhr	www.br-timing.de	Hardtwaldlauf
	Sa	69502 Hemsbach	32	10 km	0	15:15 Uhr	www.tv-hemsbach.de	Altstadtlauf / Bergstraßen-Cup
	Sa	69207 Sandhausen	36	5 / 10 km	0	ab 17:00 Uhr	www.duenenlauf-sandhausen.de	Dünenlauf
	Sa	67373 Dudenhofen	14	5,8 km	0	16:30 Uhr	www.spargelspitzelauf.tv-dudenhofen.de	Spargel-Spitze-Lauf
27.05.	Sa	67480 Edenkoben	5	5 km	0	17:30 Uhr	www.lco-edenkoben.de	Seniorensportfest
29.05.	Mo	76761 Rülzheim	36	5 / 10 / km	0	ab 9:00 Uhr	www.lgruelzheim.de	Südpfalzlauf mit 5km Walking / PSD-Laufcup